



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG17382	ImageGroup:	I1KG17397
LCCN:	2003313733	ISBN:	n/a

Title:	གཏུང་བཅད་སྒྲ། gang+gA'i bzhad sgra/
Author:	n/a
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a;n/a
Place:	dharamsala, district kangra, h.p.
Publisher:	college for higher tibetan studies
Date:	2001-
Volume:	14
Total Volumes:	25
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at M/S Satluj Infotech Images, E-45, Sector 27 Noida, District Gautam Buddha Nagar, U.P. 201301 via New Delhi, IN for the Tibetan Buddhist Resource Center, 150 17th st., New York, NY 10011, U.S.A 2006. Comments: 5/2014



2005
9

गोपिबलिहारा

श्री २००५ ई. ११ महीने ११ दिनांक २००५



100

References

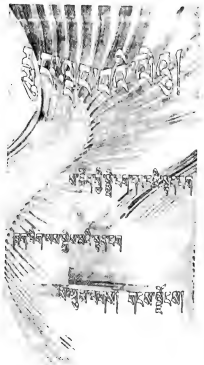
ལ་གོང་ས་མཆོག་གི་བཀའ་སློབ།

རང་རང་སོ་སོས་སྐྱུ་ག་འཁུར་འདྲ་པོ་ཞིག་བྱས་ནས་འགྲིགས་
བསྐྱད་ཡོད་བསམ་པའི་སྤང་བ་དག་ནས་སྡོད་པ་དང་གཅིག་ཕྱན་བྱའི་
དཀའ་ལས་ཁག་པོ་འདྲ་བྱུང་ན་ཨུ་ཙམ་མིན་ནམ། ཁུངས་འབྲེལ་
ཙམ་འགྲིགས་མི་ཡོད་ངམ་བསམ་པའི་ཉིན་མ་གང་འབྲེལ་བྱེད་པ་དང་
གཉིས། ཡང་སྐབས་རེ་སྒྲིན་མཐོང་གིན་མཐོང་གིན་ལ་འཛེམས་ཐོན་
བྱས། རོ་བཟང་གི་ཐོག་ནས་ཉིན་མ་འབྲེལ་ན་ཡག་གི་རེ་བསམ་པ་དེ་
འདྲའི་ཐོག་ནས་འགོ་བ་དང་གསུམ། འདི་འདྲའི་ཐོག་ནས་འབྱུང་ཤོར་
འགོ་རྒྱ་ཉིན་ཀ་མེད་པ་མ་རེད། གང་ས་གང་ལ་ཉིན་ཀ་དེ་ཡོད་པ་
རེད། དེ་འདྲ་ཡིན་དུས་ཆང་མས་རྒྱན་དུ་ཡིད་གཟབ་བྱེད་དགོས། ཟ෍་
ལ་འདྲ་ཆགས་པོ་གཅིག་དང་། ལས་བསྐྱེམས་འདྲ་ཆགས་པོ་ཙམ་ལ་
ཆོག་ཤེས་བྱས་ནས་སྡོད་པ་མ་ཡིན་པར། ལག་ལེན་དོན་ངོ་མའི་ཐོག་
ནས་དངོས་གནས་འབྱུང་སྒྲོ་ཆང་བསྐྱད་ཡོད། ག་མ་འགྲིགས་མེད་
བསམ་པའི་སྒྲོས་འཁེལ་བ་ཞིག་དང་། སོ་སོའི་སེམས་ཀྱི་ནང་ལ་
གདེང་དང་ཕྱན་པ་ཞིག་བྱེད་དགོས་པ་དེ་ཤིན་དུ་གལ་ཆེན་པོ་འདུག །

ཕྱི་ལོ་ ༡༩༩༩ ཟ෍ ༩ ཆེས་ ༡༩

ཉིན་ཐོད་ཀྱི་མཐོ་རིམ་སློབ་གཉེར་ཁང་དུ་སྐུ་ལ་བའི་བཀའ་སློབ་ལས་བདུས།

[illegible][illegible]



ཀྱམ་ཆོའི་སྤྱ་འགམ་ན་ལྷགས་བྱའི་འཕྱར་ལྷིང་ལྷུར

ཡུལ་ལུང་ཕལ་ཆེར་སྟོང་སིང་ངེར

བྱིད་ ད་དྲུང་ཀུན་དགའ་རྩ་བ་ན་ཅི་ཞིག་འཆོལ་གྱིན་ཡོད

མིག་རྒྱུང་མ་ཟེན་པའི་ཐོག་བཅེགས་ཅན་གྱི་ཁང་བཟང

བཀོད་བསྐྱིགས་ལེགས་པའི་ཡུལ་འཁོར་གྱི་མཛེས་ལྗོངས

ལྷང་ཐིག་ཅན་གྱི་ཨ་སྟོར་དམར་ཐིག་ཅན་གྱི་ཡོ་སྟོར

སྤྱ་སེར་ལྷ་མོའི་འཛུམ་ཞལ

སོ་སྤྱའི་སྟོ་ཡུལ་དུ་ཤོང་དགའ་བའི་བདེ་ཅན་གྱི་ཞིང་ཁམས་སུ

གངས་ལྷག་ནམས་གངས་རི་བསྐྱར་ནས་བསྐྱོད་ཟིན

ཀྱུ་གྱིན་ཁང་བཟང་ལ་འགམ་པའི་སྤྱ་བྱང་རྗེག་པོ

ཟླ་བའི་ལྷ་མོ་ལས་མཆར་བའི་གསང་ཡུམ་མཛེས་མ

ལྷ་ཡུལ་གྱི་བདེ་སྤྱིད་དང་དོ་མཉམ་པའི་འབྱོར་ལྷན་གྱི་འཆོ་བ

སྟན་གཤམ་ནི་འོག་དུ་ཁྲབ་པའི་སྤྱ་ངོའི་གོ་ས

བྱིད་ ད་དྲུང་མགོ་འཕྲེད་དུ་གཡུག་དོན་ཅི

དར་གོས་ཀྱིས་རྒྱན་པའི་སྤྱ་སྤྱལ་དག་བཤེས་ཀྱིས་ཐལ་བ་འཕེན་ས

སྤྱ་ག་རྒྱགས་པའི་སྤྱ་ངོ་ཆོས་མིག་ལོག་ལྷ་ས

ཕལ་བས་སྤྱ་ག་གཏམ་བཤད་ས ལྷ་རྒྱུང་གིས་སྟོང་གཏམ་སྤྱ་ས

བྱིད་ནིད་བདག་གི་ངས་དོན་གྱི་སྟོང་དཔོན་ཆེན་མོ

ཡར་ལོངས་དང་འཛིན་གྲོགས་ཆོ

མ་ཡུམ་འདི་གཡའ་དག་པའི་ནམ་མཁའ་ཞིག་ཡིན་ན

འོད་སྟོང་འབར་བའི་ནི་གཞོན་དེ་ང་ཆོ་ལགས

ཡར་ལ་ལོངས་དང་ འཛིན་གྲོགས་ཆོ

འབྲུག་རོམ་གྱི་བཙན་རྒྱུང་གཤགས་ནི

མཐོ་སྤང་ལ་དོ་སྤྱིད་སྤྱིན་དང

གཏུ་འི་བཞད་སྒྲུ།

མ་ཡུམ་འདི་གངས་རི་ཉི་མེ་ཡིན་ན
གཡུ་རལ་ཅན་གྱི་གངས་མེད་དེ་ང་ཚོ་ཡིན
ཡར་ལ་ལོངས་དང འཛིན་གྲོགས་ཚོ

གད་ཀྱངས་ཀྱི་རྩམ་བེལ་འོག་ནས
མཐོ་སྒྲང་བའི་མི་ལམ་དགྲོགས་དང
མ་ཡུམ་འདི་གཏིང་ཚད་མ་རྙེད་པའི་རྒྱ་མཚོ་ཞིག་ཡིན་ན
དག་ཏུ་མཚོང་སྤྱིང་བྱེད་བཞིན་པའི་རྒྱབས་བྲེང་དེ་ང་ཚོ་ཡིན
ཡར་ལ་ལོངས་དང འཛིན་གྲོགས་ཚོ

སྦྱིད་ལུག་གི་ས་གཞི་བསྐྱོམ་སྟེ
ཏུར་བཙོན་གྱི་ཕྱོགས་སུ་འགུལ་དང
མ་ཡུམ་འདི་ཕུ་མཐའ་མེད་པའི་རྩ་ཐང་ཞིག་ཡིན་ན
བང་རྩ་ལ་རྩོགས་པའི་རྟ་མཚོ་གཏོང་ང་ཚོ་ཡིན
ཡར་ལ་ལོངས་དང འཛིན་གྲོགས་ཚོ

རྩ་ཐང་གི་བྲང་ཁ་གཤགས་ཏེ
ས་གཞི་འདིར་མི་གཟུངས་ཞོགས་དང
མ་ཡུམ་འདི་མེ་ཏོག་གི་སྒྲིལ་ཚལ་ཞིག་ཡིན་ན
མཛེས་ཤིང་ལྷན་སྐྱེས་པའི་མེ་ཏོག་དེ་ང་ཚོ་ཡིན
ཡར་ལ་ལོངས་དང འཛིན་གྲོགས་ཚོ

ཟེ་འབྲུ་ཡི་བེགས་མ་གཏོར་ཏེ
ཀླང་དུག་ལ་མཐོན་བསུ་བྱོས་དང
མ་ཡུམ་འདི་སྤྲན་གཤེད་མོ་ཞིག་ཡིན་ན
འོ་ཟོན་འབྲིལ་བའི་འོ་མ་དེ་ང་ཚོ་ཡིན
ཡར་ལ་ལོངས་དང འཛིན་གྲོགས་ཚོ

འབྲི་མའི་བཞོ་སྒྲུ་དང་ལྷན་དུ
གསེར་མདོག་གི་ཅར་རྟོག་ལ་འགྱུར་འགོ

ང་དང་དགེ་འདུན་སྦྱོན་པ།

འདོད་བརྟེན་ལ། རིག་གནས་ཀ་བ།

དང་མོར་བཤད་ན། དགེ་འདུན་སྦྱོན་པ་དེད་གཉིས་ནི་ཤེས་བྱའི་རྩོམ་གྱིས་ལྷག་པའི་མཁས་པ་ལས་བྱས་ཤིང་སྙམ་གྱི་མི་སྣ་རྒྱ་བས་ཆེན་འདྲ་མིན་པས། དེད་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་མི་ལ་བཤད་རིན་དང་དེ་བ་དུ་འབྲི་རིན་ཞིག་མེད་ལ། འབྲི་ཡང་བསམས་མ་ཐུང་མོད། གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་དང་བླ་མ་རྣམས་ད་ལྟའི་འཆོལ་མ་འདིར་བསྟེན་གས་ཤིང་། ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་འཆོལ་སྒྲུངས་འདིར་མ་གོ་མས་པས་སྤྱད་སྤྱད་གིས་འགྲོ་བའི་འདུག་པའི་ཞིག་གཏན་ནས་མ་བྱུང་། དེ་བས། ཚུལ་ཡིག་འདྲ་བྲིས་ཏེ་ཉི་མ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་པ་ཡིན། རིམ་གྱིས་ཚུལ་རིག་ལ་དབྱིངས་ཞུགས་ཏེ་སྦྱོར་ཆད་ཡིད་ལའང་དཔྱད་ཐུང་མེད་པའི་སྦྱང་ཚུལ་མཁན་ཞིག་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོང་བསམ་ཞིག་གིས་ང་དང་གྲོགས་པའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་དེ་སྦྱང་ཚུལ་མཁན་ཞིག་བྱེད་བྱུང་མིན་ལ་ཐོག་མའི་ཆོད་ལྟ་བུས་པ་ཡིན།

༡

དགེ་འདུན་སྦྱོན་པ་ད་ལྟ་སྦྱོར་སངས་ཏེ་གཉིན་བསྐྱེད་གས་ཟེན་ཅིང་བྱ་བུ་མོ་ཡང་གཉིས་ཡོད།

ངས་དགེ་འདུན་སྦྱོན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ཐོག་མར་སྦོམ་ཆེན་མཐར་ཕྱིན་ཁ་མར་ཐོས་པ་ཡིན། གཟུང་སྟེན་པའི་ཉིན་གུང་ཞིག་ལ། ང་སྦོམ་ཁང་དུ་འཕྱུལ་དུས་བུ་མོ་འགའ་དུ་ངག་མེད་པར་མིག་ཆུ་འབྱེན་བཞིན་འདུག། ལྷ་ཆང་ཁས་ཀྱང་སྦོམ་མདོག་ཅིག་བསྟན་འདུག། ཡར་བལྟས་ན་ཐུང་ན་གྱི་ཆོག་མཐུན་འདུ་ཞིག་ཆོག་མཐུན་ཡོད་པ་དང་མཚུངས། མོ་བུར་དུ་ངའི་སེམས་ལ་ལྷ་ཆང་ཁས་”དོན་ཡོད་ཞགས་པ་”མེད་པར་”ཡིད་འཕྲོག་མ་”ཞིག་འཛིན་འདོད་དེ་”ཆོ་འཕུལ་”ཞིག་བསྟན་པ་རེད་སྟེ་ཉི་ཀྱེ་ཞིག་ཅེས། དོན་ངོ་མར་ཀྱེ་རྩི་ཕྱག་དོག་དབང་གིས་ཡིན་པ་སྦོམ་མས་ཆོར་མོང་བ་འདྲ། ལྷ་ཆང་ཁས་ནས་རྒྱ་རྒྱར་ཁ་ནས་ལྷ་པ་འཕྱར་རྒྱ་བར་བཤད་རེས་མི་བྱེད་པར་ཁྱ་སེམས་མེར་སྦོར་བྱེད་ཅིང་བུ་མོ་གཞན་དག་གི་ཆེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་སོང་ཤིང་། སྦོམ་མ་ངའི་གནད་ཡོད་ནས། “ཁྱོད་འདི་བུ་མོ་ཞིག་གི་འང་སྟེག་ཡིན་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ་”ཟེར།

“བརྟེན་དུང་ཟེར་བ་དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད། ནམ་རྒྱུ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐོ་གསར་གཞན་དང་ཁ་བརྟེན་པ་མཐོང་ནའང་ངའི་སེམས་མི་བདེ་བས། ད་རེས་ཁྱོད་གཞན་གྱི་སྒྲོང་ཆར་སེམས་འགྲུལ་བེད་པས་པའི་ཚུགས་ཀ་འདི་རིག་ན། ང་ཁ་མོ་ག་གིར་སྦོད་བྱུང་བམ་” ངའི་སྒྲོང་ཆ་དེར་རྟུས་པ་ཅི་ཡང་མ་ཐོན་པ་འདྲ། ཁོ་མོས་ང་ལ་མིག་ལོག་ཅིག་བལྟས་པ་ལས་ཁ་མ་བྲག་ས།

ལུང་ཅམ་འགོར་ཤིང་། “བྲག་ལོས། (ལྷ་ཆང་ཁའི་དངོས་མིང་ཡིན) གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་བཤད་སོང་། རོ་མ་ཡིད་སེམས་སྦྱུལ་བུ་བཤད་ཞིག་རེད་” ཟེར།

དང་ཡུལ་ལ་འགྲོ་བེད། འོན་ཀྱང་། ངས་ཁས་ལེན་མ་བྱས་པས་གཙང་དུང་བཟོད་དཀའ་བ་ཞིག་བྱས་སོང་། ལྷོས་
དང་”ཞེས་སྟོན་བྱང་ཡར་བརྒྱུས་པ་ན། ངོ་མ། རྒྱབ་རྩིལ་པོ་མ་ཤུལ་གྱིས་གཙུག་བཞིག་རེད།
ཁོས་ཤུགས་རིང་ཞིག་ཕྱུངས་ཤིང་། “ངས་ད་དུང་འདྲེ་ཁང་ནང་དུ་དགེ་འདུན་མང་མའི་སྤྱན་རླབས་ལྷ་དང་སྤྱང་མ་དཔང་
དུ་བརྟགས་ནས། “གལ་སྲིད་པ་ལ་སྟོན་པ་མེད་ན། ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལྷ་དང་སྤྱང་མས་ངའི་སྤྱིང་ཁྲག་དོན་མོ་
བཞེས་དགོས་”ཞེས་མནའ་བསྐྱལ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་.....”

སྐབས་དེར། ཁོའི་ནམ་འགྲུར་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་ཏེ།

“ཐུག་སྲུང་ཆོ་གྲུ་མཆོད་ཨ་མའི་ཤིན་ཆས་བྱེད་པར་འགྲོ་དུས། མོས་ང་ལ། ‘ཉི་མ་དེར། ངས་ཁྱོད་
གྱི་རེ་བ་མ་བསྐྱངས་པར་འགྲོད་པ་སྤྱིས་བྱུང་’བེད། “ད་དུང་། ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་ལ་ཕོ་ཞིག་མེད་ན། གཞན་གྱིས་
བརྟམས་བཅོས་དང་མཐོང་རྒྱུ་བཟོད་དགོས་པ་རེད། ཅི་འདྲའི་སྟོང་”བེད་ནས་མིག་རྒྱ་མཆམས་ཆད་གྱིན་མི་འདུག
མོ་དེ་ལྟར་སེམས་སྤྲུག་ངང་སྟོན་བྱར་དུ་འཁོར་བཞགས་ལ་ཞུ་སོང་། དེར་ཁག་བཞག་ནས་ང་ཡང་སྟོན་སོང་བེད། མི་
ཆང་མས་ད་ལྟའང་ང་ལ་སྟོན་པ་བེད་བམིན་ནམ་” ཁོས་དེ་ལྟར་ཕྱིར་བྱོན་མཛོད་པ་སྤྱིས་ཤིག་བྱས་ཤིང་། འགྲུལ་ཙམ་
ཡང་མི་བྱེད་ལ། མིག་རྒྱུང་ལས་མཆི་མ་ཆར་བ་བཞིན་བབས་བྱུང་། ཁྱིམ་མེར་གནས་པའི་སྐབས་དེར། མི་ཞིག་
སྟོན་བྱར་ནང་དུ་ཡོང་ནས་ང་ལ་འཐམས་ནས་བྱུག་དུས་བྱུང་། དེ་ནི་ངའི་སྤྱོ་མོ་ཡིན།

༡

“ཁྱིད་གྱིས་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་མི་ཤེས་པ་འདྲ། མགོ་ཆག་གཞུག་རྒྱུ་མ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད། དོན་དག་ལ་
ལ་ཞིག་ཨི་ཤེད་བསམ་ནས་ངང་སྤྲུག་བྱས་ཀྱང་བཤད་མ་སོང་། དཔེ་བཞག་ན། དངོས་སྟོང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་ན་ཤེས་
ངེས་བེད་པའི་སྟོན་པ་མའི་སྤྱན་ཆ་དེའི་དོན་བཤད་རྒྱུ་བརྒྱུད་སོང་ངམ། ཐུག་སྲུང་སྟོན་པ་མའི་མིང་ཙམ་ཡང་མི་སྤྱིང་དོན་ཅི་
ཡིན་” ཆོས་ཐོགས་སྐལ་བཟང་གིས་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ཉན་ཤིང་སངས་རྒྱལ་ཆུང་ལ་ཐད་ཀྱང་འཇོག་པ་བཟོད་བྱུང་།

“སྟོན་པ་མའི་ཨ་ཕ་སྟོན་བཞེད་ཀྱི་སྟོན་པ་ཤིང་། སྤྱིར་ང་སྟོན་བཞེད་ཐོན་ཤིང་སྟོན་བྱུང་རང་ནས་བྱུང་བཞག་ཅིས་
བྱས་ཀྱང་། ཁོ་མོའི་ཨ་ཕ་སྟོན་བྱར་དུ་འགྱུར་སོང་བ་རེད། སྟོན་པ་མས་དོན་དེ་སྤྱི་སྤྱི་ནས་ཤེས་འདུག མོའི་སྤྱན་ཆའི་
ནང་དོན་དེ་རེད། ད་དུང་སེམས་ཙམ་པ་ཞིག་ལ། རྒྱ་ཆང་ཁས་སྟོན་པ་མའི་དགཉིས་གྱི་པར་ལ་སྤྲུམ་ཞིག་བརྟག་འདུག”

“རྒྱ་ཆང་ཁ་བེད་པ་དེ་དགེ་འདུན་སྟོན་པའི་ཕ་ཡུལ་གཅིག་པ་བྱུང་ལ་བེད་ཨི་རེད། ཁོས་ཁྱོད་གཉིས་
ངར་ལ་ཅི་ཞིག་བཤད་འདུག”

“བཤད་རིན་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལས་འུ་གཉིས་གྱིས་གྲུང་ཆོགས་གསྒྲིག་བྱེད་”

ང་ལ་བཤད་འདོད་མ་བྱུང་།

“དེ་འདྲ་མ་བྱེད་དང་། ང་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ཉན་རྒྱུར་དགའ་བ་ཁྱིད་གྱིས་མི་ཤེས་སམ། ད་དུང་སྤྱོ་མོ་རེད།
ལ་” ཁོས་ཉན་འདོད་པའི་ནམ་འགྲུར་དང་བཅས་ཏེ་ཨུ་རྒྱུགས་བྱས།

འཇིག་རྟེན་འདིར་ཉིན་དུ་དཀོན་པའི་རྩིན་ཆེན་གྱི་སྤྲེད་མ
དམ་ཆེག་གཡོ་བ་མེད་པའི་རྒྱུང་འདིས་གྱི་མཛེལ་གྲོགས
རང་གི་སྤྲེ་ཁྲག་འདེས་པའི་མཐོ་སྤང་གི་ས་གཞི
མདོར་ན་ ངའི་ལུས་སེམས་གྱི་བཀོད་པ་ཡོད་ཆད
དེ་ལུར་བསྐྱར་ནས།
གཞན་ཡུལ་འདིར་གྱར་དགོས་བྱུང་བའང
ཁྱོད་ཁོ་ནའི་ཆེད་དུ་ཡིན་སྟག་པར་དུ
དུས་ཚོད་སྐར་ཆ་གང་ལ་ཡང
ངས་ཁྱེད་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་མྱོང་ལ
ཁྱེད་ལ་རེ་བ་ཡང་བཙེལ་མྱོང་ཡོད
ཐར་མི་ལམ་དུ་མིས་པའང་ཁྱོད་ཁོ་ནའོ
གྱི་སང་གི་ཉིན་མོ་
ངས་གང་བྱས་ཐམས་ཅད་ཁྱོད་གྱི་དོན་དུ་ཡིན་པས
ཁྱེད་ལ་བསམ་གཞིགས་དང་ཚོར་བ་ཡོད་ཆེ
བདག་ལ་ཅེས་གྲང་གཟིགས་པར་མཛོད་དང
སྐྱ་མཁྱེན་སང་གི་ཉིན་མོ་
ཁྱེད་ནི་ངའི་ཕྱགས་བསམ་གྱི་ཉིན་མོ་ཞིག་སྟེ
ངས་ཡོད་ཆད་ཁྱེད་ཉིད་ལ་བཙེལ་ཞིང
བསམ་ཆད་ཁྱེད་ཉིད་ལ་མངགས
འཇིག་རྟེན་གྱི་གོ་ལ་ཡངས་མོ་འདིར
ཁེར་རྒྱུ་དུ་ལུས་པའི་བྱ་རྒྱུང་བདག་ལ
སེམས་གསོ་བྱམས་བཙེ་སྐུལ་ཕྱགས
མདོར་ན་ གྲོགས་མེད་གཅིག་ཕུར་ལུས་པའི་ཁྱོམ་གཞུང་གི་མི་རྒྱུང་ལ
ཉིན་མཚན་དུས་དུག་དུ་གཟིགས་པ་ནི་ཁྱེད་ཁོ་ན
རེད་ལ། སྟོ་གདུང་གིས་མནར་བའི་མི་ཆེ
མགོན་སྐྱབས་མེད་པའི་འགྲོ་བ་སྤྲིང་རྒྱུ་དཔེན་པའི་འཇིག་རྟེན
སྤང་བྱུག་ཆེ་བའི་དཔུང་གྲོགས
འགྲན་ཚོད་ཆེ་བའི་མི་ཡུལ་གྱི་ཞིང་འདིར
དཀའ་བ་དང་དུ་སྤངས་ནས་གཟིགས་བཞིན་པ་ནི
ཁྱེད་ཁོ་ན་ཡིན་པས

གཞུང་འོ་བཞུང་ལྷ།

དམ་བྱིད་ཀྱི་སྒྲ་མེད་ཀྱི་ལ་རྒྱ་དེར་བཅི་ཤུར་ལོས་བྱེད
 དེ་བས་ངའི་སེམས་སྡུག་གི་སྒྲར་པོ་དང
 ལུས་སེམས་ཀྱི་མ་ཁ ཟུངས་བྲག་གི་མིག་ཆུ་ནམས།
 དན་ཤེས་ཀྱིས་བཟུང་སྟེ བྱིད་ལ་རེ་སྡུག་བྱེད
 སང་གི་ཉིན་མོ



གཡུ་སྟོན། རིག་གནས་ག་བ།

དས་བློན་གདུང་གི་མཆི་མ་སྙིང་ལ་བསགས་ཏེ
 ཟུང་འཕོད་ཀྱི་བྱ་དག་མཁའ་མཐར་སྟོག་བཞིན
 ལས་དབང་གིས་གྲུ་ཡང་མ་བཏང་བའི་བྱ་གཉིས་ཀྱི་སྟོང་ལ་སྟོམ་ནས་བསྐྱེད་ཡོད་
 མ་ཡུམ་ལགས་ བཏྱོག་པོར་བཞུགས་དང་

བྱིད་ཉི་མ་དང་ཆེས་ཉི་མར་འབྱོང་སྟེ
 མྱིང་འདི་རུ་ བདེན་དོན་ཞིག་འཆད་པར་ཞེན་ཡང་
 ཉམས་སེམས་ཀྱི་མཁའ་དབུགས་ཤིག་གིས་
 བྱིད་ཀྱི་སྒྲ་སྟོ་བཅད་བྱུང་བས་
 དཔེ་སེམས་སུ་ཡང་ འདི་ལྟ་བུའི་ན་རྒྱུག་བསྐྱངས་བྱུང་

ཉེས་མེད་ཚོར་གཡོག་པའི་བྱིས་ས་ལྷགས་ཀྱི་ཞུ་མོ་ཞིག
 བྱིད་ཀྱི་དབྱེ་ལ་བསྐྱོན་ཐབས་ཡང་ཡང་བྱས་པས
 དའི་སེམས་པ་གཙོར་ནད་ཀྱི་ནྟག་གིས་གཟིར་གྱིན
 མ་ལྷམ་གངས་ལྗོངས་བྱིད་ཉིད
 ཉྟག་བཏན་གྱི་གསོལ་བ་འདེབས་བཞིན་བསྡད་ཡོད
 མ་ལྷམ་ལགས གངས་ལྗོངས

གཞུང་འཁུར་གྱི་བཞུགས་པ།

མ་གུར་སེམས་ཅན་དོན་ལ་འབད་བཅོམ་བྱེད། །

ཅ་རི་གནས་སྒོར་བསྐྱོར་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡང་། །

ཆ་བའི་ཡུལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་གྲ་བར་འགྲིམས། །

ཇ་རེ་རྩོ་རེ་ཁྱོང་དང་ཁྱོང་བྱིར་ནམས། །

མ་ལེར་ཡིད་ལ་འཆར་འདི་ཡལ་ན་བསམ། །

ཉ་ར་མིན་ཡང་གནས་ལུགས་མཐོང་བདགོན། །

ཐ་མ་ཐོས་ཀྱང་འདོད་པ་ཆོམས་པ་ཉུང་། །

འ་བྱར་ངང་ནས་མི་ཆོལ་གསལ་ཉེ། །

ཡ་རབས་མ་རབས་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ། །

རྩ་ལྷར་ཁྱོང་བའི་བདག་གི་ནམ་ཤེས་འདི། །

ལ་དགུ་ལྷང་དགུ་གང་སར་འབྱུངས་ནས་འགྲོ། །

ཤ་ཁྲག་ཟག་བཙས་ལྷང་པོ་གནས་འདིར་ལུས། །

ས་མཐར་ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་བྲལ་འདི་སྟོ། །

ད་ལམ་བགྲང་བྱ་ཉིར་བཞི་འདས་ན་ཡང་། །

ད་ཅང་སྤང་བ་སྦྱིད་པའི་བཅུན་པར་། །

ཨ་ཡིག་སྟོང་ཉིད་སྒོམ་རྒྱ་མར་བཞག་ནྟེ། །

ཨ་མའི་རྩ་རིན་འཕལ་རྒྱ་བསམ་དགོས་འདུག། །

.

ཕ རྩ་མ་རིག་ནི་སྤྱི་ཆོགས་འབྲལ་སྟོན་གྱི་གཟུགས་བརྒན་གསོན་པོ་ཞིག་

ཡིན་ལ། དེས་མི་ནམས་ལ་སྟོར་བསྦྱིད་དང་བཟང་པོའི་བག་ཆགས་དེས་ཅན་ཞིག་འདོག་

དགོས་པ་དེ་རྩ་མ་རིག་གི་རེ་བ་ཉག་གཅིག་རེད།

པོད་ཀྱི་རྩ་མ་རིག་སྟོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐུ་བས་ཀྱི་དབྱངས་ཅན་

སྐུ་ལ་བའི་སྒྲིགས་བམ་དེབ་ཐོང་གཉིས་པ་ལས་བདུས།

གཉིས་པ། དཔེ་བཅོད་འགོད་པ།

དཔེ་བཅོད་འགོད་པ་ནི། སྤྲུལ་དག་གིས་བདག་སྒྲུབ་ཅི་ཆེག་ལོག་འབྲེལ་ཤ་སྟག་བྱས་པའི་རྒྱན་གྱིས་
བདག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱད་མང་པོ་ཡོད་བཞིན་དུ་མེད་པ་དང་། བདག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱད་ཡིན་པ་ལ་མ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་པ་སོགས་
མིག་ཟུན་གཡང་མཆོངས་ཀྱི་དཔེ་བཞིན་ཅི་རིགས་བྱུང་འདུག་པས། ཁོ་པོ་ཅག་གིས་བདག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱད་གོང་སྒྲོས་
རྣམས་ཡིན་པའི་དཔེ་བཅོད་རིམ་བཞིན་འགོད་ན། སངས་རྒྱས་པ། མཁན་པོ། དགེ་སློང་ལ། དགེ་ཚུལ་ལ།
དགེ་བསྟན་ལ། ལྷ་ལ། (ལྷ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་ལམ་ན།) དབང་ཤ་ལ། (ཤ་འཁོན་ཡོད་པའི་དབང་པོ།
དཔེར་ན། དབང་ཤ་ལ་བསད་ཀྱང་མིག་པ་མེད་ལྟ་བུ) བཙན་པོ། (དུན་དང་སོགས་ཡིག་རྒྱུད་ལས། ལག་གི་ལོ་
ལ་བབས་ལྟེ། ཕྱིང་བར་བཙན་པོ་བྱེས་ཁྱི་སྒྲོང་བཙན་གྱི་མདངས་བཏང་བར་ལོ་གཅིག་ལྟ་བུ། བཙན་པོ་ཡང་གསལ་
བས་འབྱི་གང་བདེར་བྱས་པར་སྤང་ངོ་། རྟེན་པོ། འདྲེ་པོ། བདུད་པོ། ལྷ་ས་པ། ལྷ་པོ། ར་ལ། གཟུགས་
རིང་པོ་ལ། རྒྱ་སྒོ་མ་པོ་ལ། རྒྱ་རྒྱ་མོ་ལ། གཡོག་མོ། ཤེས་ཡོན་ཅན། འབྱོར་ལྷན། ཡིག་མཁན་ལྟ་བུ་
དང་། རྒྱ་བས་རེར་བ་ཡིག་འདི་མིང་དང་བདག་སྒྲུབ་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཞུགས་ཀྱང་སྒྲུབ་གདངས་འགྱུར་འབྲེལ་བའང་
ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ལྷ་ས་བཞེས་སོགས་བཅོད་པའི་རྒྱ་བས་སུ་བ་ཡིག་འདི། བཙེ་བྱེད་དུ་མ་ལ་བཟུག་ཟེར་བའམ།
མཚན་བདད་སྒྱུར་བར་བྱ་ཟེར་བ་ལྷ་ས་ཡིག་འབྲུ་འདི་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཆེ་བས་བ་ཡིག་བདག་སྒྲུབ་ཞུགས་རྒྱ་བས་མ་ཡི་
སྒྲུབ་གདངས་ལའང་ཁྲོག་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་བས་འགར་བ་སྒྲུར་བ་སོར་གནས་པའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཤོག་བ་ལྷ་
བུའི་བ་ཡིག་འདི་ནི་བ་ཡི་སྒྲུབ་ལ་མི་འདོན་ཅིང་། མ་ཡི་སྒྲུབ་ལའང་ཁྲོག་པར་མི་བདེ་བ་ཡིན་པས། དེ་ནི་བ་ཡི་སྒྲུར་བ་
སོར་བཟུག་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ཞིང་། དེ་ཡང་གྲུ་བ། ལྷ་བུ་ནི་བ་རང་སོར་བཟུག་ན་ཆེས་བདེ་བར་སྤང་ཡང་། གྲུ་པ་
ཞེས་འདོན་ནའང་འགྲིག་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཕྱོགས་འདི་འདྲ་མང་དུ་མཐོང་བས་དཔེ་མཚན་ཅུ་པ་འགོད་དོ། རྟེན་པོ་ལྟ་བུ་
བཏང་མ་ཐག་པ་དེ་དག་ནི་འདིར་གང་ཞིག་ཡུལ་དུ་སྤང་འབྲེལ་སོགས་སྒོ་ལ་གནོད་མེད་དུ་བདག་པོ་སྟོན་པའི་ཆེག་
ཕྱད་ཀྱི་སྒྲུབ་ཡིན་པས་སོ། རྒྱ་བས་རེར་བ་ལྟ་བུ་དང་། བཙན་པོ་ལྟ་བུ་མིང་མཐར་བདག་སྒྲུབ་པའི་ཕྱད་སྒྱུར་ན། རྒྱུས་
བུ་པོ་མའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པའང་ཡོད་པས་སྒྱུན་མེད་དོ། ཡང་སྒྲུ་སྒོ་ལས། བཙེ་བྱེད་ཀུ་གཞག་པ་ལྟེ། ཡུལ་དུ་ས་
རིས་པར་མ་བཟུང་བའོ། ཟབ་བཟུང་དང་ཟའོ་བཞིན། ལམ་ནིང་དག་དུ་གཞག་པར་བྱ། ཞེས་དང་། རང་འབྲེལ་
དཔེར་བཅོད་ལས། བྱ་བའམ། བདག་གི་ཆེག་གམ། གཞན་གྱི་ཆེག་དུ་མི་སྟོན་པའོ་ཞེས་བ་ཡིག་བདག་སྒྲུབ་མི་
འདུག་པར་བཏང་ཡོད་སྲིད་ནའང་སྒྱུན་མེད་དེ། རྩོམ་པ་པོ་རང་ཉིད་སྒྱིར་བོད་ཀྱི་རྒྱད་ཡིག་དང་། ཡང་སྒོས་བདག་

ས་ཆེན་གྱི་སྤྲོ་དག་དང་དཔེ་སྟུན་དག

ཆེ་རིང་ལོ་བརྒྱ། རིག་གནས་གསུམ་པ།

གསུམ་པའི་ཆས་བཅུ ཉིས་སྟོང་བརྒྱད།

གངས་མེད་གི་དར་ཆ་འདི་གངས་རིའི་དབྱ་ཚོ་ནས་འཕགས་ཤིང
གཏན་ཆེགས་ཀྱིས་འབྲང་ཞོར ལྷ་ལྷ་བ་ཀྱིས་གཡོ་ཞིང་འཕྲོ
འཕྲོ་སྒངས་འདི་མི་རིགས་ཤིག་གི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དན་དྲགས་ཡིན་ལ
མི་རབས་འདིས་མཐོ་སྒང་ལ་བཅངས་པའི་སྒར་སོས་ཀྱི་མཛད་གཞི་ཡིན

ཕྱགས་འདུན་འདིའི་ཆེད ཆོལ་གསུམ་གྱི་གླ་གཅིག་དུ་འདྲེས་ཏེ
གནམ་ས་གཡོ་བར་བྱས་པའི་བྲང་བདེན་གྱི་ཆོང་ན
ཁྲག་གིས་འཚོ་བཞིན སྟོག་གིས་འཇལ་བཞིན
ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལེའུ་ཞིག་བཞེངས་སྟུན་བྱེད་ཞོར་མེ་མདའི་སོ་ཁན་ས་འཆི
འཆི་སྒངས་འདིས མང་པོ་ཞིག་ལ་སྡོམ་ཆེག་འགོད་བཞིན
འབྲུང་འབྲུར་ལ་བཞག་པའི་ལ་རྒྱའི་ངར་ཤྱགས་རེ་ཡིན

རྒྱལ་ས་ཆེན་གྱི་མི་རབས་འདི ཞི་བདེ་ཡི་འོད་སྒྲུང་ཡིན་ལ
འབྲུང་འབྲུར་གྱི་འཆོ་མེད་ཞི་བའི་བསྟོ་གནས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་ཤིག
མཉམ་འབྲེལ་རྒྱལ་ཚོགས བདེན་པའི་རྒྱལ་དུ་འོངས་ཤོག
མི་རིགས་འདིས ཞི་བདེ་ལ་སྟོག་གིས་འཇལ་ཞིང་ཁྲག་གིས་མཚོད་སྒངས་འདི

གཞན་པོ་འདྲི་བ་ཞུས་པ།

འདྲམ་གྱིང་ཀུན་བྱུང་ལ་ཕུལ་བའི་གཞན་པན་གྱི་སྙིང་སྟོབས་དེ་དེ་ཡིན

མཚོ་བོད་མཐོ་སྒང་

དཔྱལ་བ་མི་ཡུལ་དུ་སླེབས་པའི་མནར་གཅིད་ཁྱོད་ན

གཞིས་ལུས་བོད་མི་ཚོའི་འདུན་པ་གངས་འཁོར་དབུ་ཅིན་ལྷུང་ཞིང་འཕྱོ

འཕྱུར་སྐད་ཀྱི་འདི་འཛམ་གླིང་ལ་ཕུལ་བའི་ཆེ་སྟོག་གི་རིན་ཐང་ཡིན་ལ།

མི་རབས་གསར་བར་བཞག་པའི་དུས་སྐུལ་གྱི་ལོ་རྒྱུས་རིམ་འཕྲིན་

ཁྱེད་ཚོའི་སྒྲོ་སྒྲུབ་ས་མི་རིགས་འདིའི་དུས་གསུམ་ན་འཕྱེ་ཞིང་འཕྱུར་

འདི་ལྟར་འཕྱར་ཁིང་འཕྱོ་བའི་གཟེ་བརྟེན་གྱི་སོང་བུ་ལ་རེ་རེ་ན་

ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བདེན་པ་འབར་བཞིན མི་རིགས་འདིའི་རྩ་དོན

འཛམ་གླིང་དུ་གྲགས་ཤིང་འཛེེ་སེམས་ཁམས་ན་བརྗེད་ཅིང་བརྟན་པོས་

ཡིད་ཆེས་ཀྱིས་ངང་ནས་བཞུད་དང་འགྲོད་ཀྱང་མི་འཕྱི་བའི་མི་རིགས་ཤིག

ཁྱེད་ཚོ་ལ་གསོལ་སྟོན་གྱི་ཚུལ་དུ་བཤམས་ངེས་ཡིན། མི་རིང་བར་

གསུམ་པའི་ཆོས་པ་ལུ ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་དོ་རིང་ན་གསལ་ཞིང་དུ་ས་རབས་འདིར་གཟི་བརླིང་ཆེ

ཉིས་ལྗོང་བརྒྱད མ་ཁ་ལྟ་བུའི་ན་རྩལ་གིས་ཡང་ཡང་གཙུག་པ་སེམས་ཁམས་ན་བརྒྱད

གསུམ་པའི་ཆོས་བརྒྱུ ཉིས་སྟོང་བརྒྱད

མི་རབས་ནས་མི་རབས་བརྗེད་མི་སྲིད་པའི་བླ་སྐུལ་གྱི་རང་ལྷན་པའི་རྩིས་

ང་འདི་ལྟར ཡིད་ཆེས་མ་སོང་།

ང་འདི་ལྟར་ཡིད་ཆེས་མ་སོང་། རྒྱུ་ལྟུག་སྒྲུང་སྟེར་།

མཆེམས་ཅིར་བྲག་ཆར་དང་མཉམ་དུ་ལྷང་ཞིང་ མཆེམས་ཅིར་གྲགས་མེད་ཚོར་མེད་ངང་ཡལ་འགོ་

མ་གཞི རྒྱུང་ལ་འཆར་གཞི་མེད་པར་ཕྱར་ཕྱར་གྱིས་སྟོང་སྒྲ་སྟོང་ག་པ་ལས

ནམ་མཁའ་གཡའ་དག་ཅིང་ས་གནི་རྩལ་དག་གི་སྦྱིང་སྟོབས་དེ་མེད་པ་འདྲ་ དེ་མིན་ན་

ལྷུང་གཡུག་གེས་པ་ནས་བསྐྱད་མར་ལྷུང་མི་གེས་པ་ཅི་ལ་ཡོད

རྒྱུང་ལྔ་པའི་ལེའུ།

རྒྱུང་གཡུག་སྤངས་དེར་ནག་ཉེས་ཏེ་ཅང་ཆེ རྒྱུང་འདྲི་ལྔ་པ་ལྔ་པ་བས
མེ་ལྷེ་རྒྱུང་ས་ནས་ཆེ་སར་འབར་བས་མཆོ་བོད་མཐོ་སྤང་ལ་མེ་ལྷེ་མཆེད
མེ་ལྷེ་མཆེད་སྤངས་དེ་རྒྱུང་གི་རྒྱ་བ་དང་བསྐྱུན་ནས་འབར འབར་སྤངས་དེས
འཛམ་གླིང་གཡོ་བར་བྱས ལྷན་ནག་མེལ་བར་བྱས
ཡུགས་ས་དང་དུ་སྤྲུག་གིས་ཁེངས་བའི་མི་རབས་ཤིག་རྒྱུང་གིས་སྤྲུགས

རྒྱུང་གིས་འདྲི་ལྔ་པ་འགོ་ཚུལ་ཞོར མང་པོ་ཞིག་ཐོན་ལ་སྤྲུར་ནས
འཛིག་ཉེན་གྱི་གཡུལ་ས་དེད་ནས་ཐུང་ན་གྱི་ཆག་སྒོ་རེ་རེ་བསྐྱུན
སྤྲུན་སྤངས་དེ་མངོན་སྟོག་གི་གཡོ་རྒྱུས་རེ་རེ་མིན་པར་སྟོན

རྒྱུང་ལ་ཕྱི་ནང་མེད་ན རྒྱུང་ཁྱུང་ཁྱུང་གིས་ལྔ་པ་བས་མ་སོང
ཡོད་ཆད་རྒྱུང་གིས་སྤྲུར་ཞིང་རྒྱུང་གིས་བཅོས་པས
རྒྱུང་ ལྔ་པ་བཞིན་ལྔ་པ་ལྷེ་རྒྱུང་གིས་དཀྱིལ་འཁོར་སྤྲུན་ཞོར
རྒྱལ་པམ་གྱི་མཐའ་སྤྱེ་རེ་རེ་རྒྱུང་གིས་ཐོལ་ན་བས་མ་སོང

རི་རྒྱ་སྟོང་སྤྲུག་གི་པར་སྤྱེ་ན རྒྱུང་བུའི་ངར་བྱུགས་བཞིན་འཛུབ་ཅིང
རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་ནམ་མཁའ་དང་ས་གཞི འདི་དག་གི་ཆེད་དུ
ཁྲག་གིས་ས་ཁྲ་འཁྲིལ་ཞིང་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་བསྐྱུགས་གཏམ་རེ་རེ་འཛམ་གླིང་ན་གསལ

རྒྱུང་བུའི་དམ་བཅའ་བཞིན རྒྱུང་བུའི་ལངས་ཕྱོགས་བཞིན
མཆོ་བོད་མཐོ་སྤང་ལ་དཀྱིལ་གསུམ་རྒྱག་མ་བྱུབ་ཆེ རྒྱུང་ལ་ཉེས་པ་ཆེ

རྒྱུང་གིས་དཀྱོགས་པ་ནས་བརྒྱང་ཐོབ་པ་ཉུང་ཞིང་ཤོར་བ་མང་བའི་མིག་རྒྱ་རེ་རེ
རྒྱུང་གིས་དག་ཐབས་དབེན རྒྱུང་གིས་བརྒྱད་རིམ་དེ་རྟོགས་སྟིད་ན
རྒྱུང་གི་ལས་འགན་ལྔ་པ་བཞིན་འཛུབ་དགོས ལྔ་པ་བཞིན་གཡུག་དགོས
འདི་ནི་རྒྱུང་གི་རྩ་བའི་དམ་བཅའ་ཡིན་ལ་རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་རེ་སྟོས་ཡིན

ཁྱོད་པན་དུས ང་ལ་ནག་ཉེས་ཆེ

རྟོག་བཏགས་གངས་མེད་ཀྱི་བས་མ་སྟོའི་འཁོར་རྒྱུན་ལས

གདམ་པའི་བཞད་སྒྲུབ།

ངས་ཅི་ཞིག་སྒྲིག་བཞིན། ལུ་ཚུགས་ཨ་འཐས་ཁྲོད་ནས།
ཆོད་སེམས་བརྟན་པོ་རེ་དང་སྒྲོས་བསྐྱངས་ཀྱི་འཆར་སྒྲོ་རེ་རེ་མཐའ་ན།
སྤྱིང་ཇེ་བའི་མི་ཞིག་གིས། རོ་གཏོང་ན་འཇུག་པའི་མི་ཏོག་འབྲུ་སྐབས།
ངས་ཡང་སྤྱིང་གི་འཁོན་ལྷ་བྱའི་ལོ་རྒྱུས་རེ་རེ་མི་སྐྱེང་ཐབས་མེད་རེད།
དེ་དུས། ཁྲག་གིས་མཆོད་པའི་ཡུལ་ལྗོངས་ཤིག་མི་བསྐྱན་པའི་ངས་པ་སུ་ལའང་མེད།

སྒོ་བྱལ་ཆོས་ཀྱང་རང་ཉིད་ལ་དབང་བའི་གནས་ས་དེའི་ཆེད་དུ།
མངོན་སྟོག་མེད་པའི་ཕྱི་ནང་གི་དོག་ཁྲིས་རེ་རེ་བཞིན་ཅིང་བརྟན་པས།
འཛིག་རྟེན་གྱི་སྤང་བ། བྱིས་དུས་ཀྱི་ཅུད་འཛོལ་རེ་
སུ་འང་བཏོད་ཆོག་པའི་མཁའ་དབུགས་དེ་ཡིན་ན། ཁྲོད་ལ་ཅི་ཁག།
འཁོར་བ་ལྷ་བྱའི་བཙོན་དུང་ནས་གང་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་འགྲོ་བའི་སྒྲོས་བསྐྱངས་བསམ་ན།
ང་ལ་སེམས་ཁྲིལ་ཆེ། ཁྲིད་ཀྱི་མི་ཆོ་འདི་ང་ཆོ་བྱན་མོང་གི་ལས་དབང་ལ་འཐིམ་ཡོད།

སྒྲིས་སྐར་སྒྲིབས་ཐེངས་རེར། བསྐྱགས་གཏམ་རེ་རེ་སྒྲོག་བཞིན།
ཁྲོད་ཉིད་མེད་ས་ནས་སྒོང་འདང་གིས་སྒྲུ་གཞས་རེ་རེ་གཏོང་བ་ལས། ངས་ཅི་འཛོན།
འཛིག་རྟེན་མགོ་རྟེང་སྒོག་ནས་ཁྲིམས་མེད་ལུགས་མེད་ཀྱིས་སྐྱགས་དྲི།
བྱང་བའི་ན་གྱི་བཞུད་ལམ་མེད་ས་ནས། ངས་རྒྱང་ཅི་གང་ལ་འཛོག།

སུ་ལ་ཡོད་པ་ནི་ཞེན་ཁོག་གི་བརྩེ་བ་རེད་ལ། དད་སེམས་ཀྱི་སྤྱིང་སྒྲོ་བས་ཡིན།
ཞེན་ཆགས་འདི་དག་ལས་ཁྲིད་ཉིད་བརྟན་ཞིང་ཁྲིད་ཉིད་སྐྱེང་དགོས་སོང་།

ད་ལྟ། ཁྲིད་ཉིད་ཤར་རྩལ་གང་དུ་བཞུགས་ཡོད་མེད་ཀྱི་གནས་སྤངས།
མི་སུ་ལའང་གསལ་ཆ་བྲལ། འདི་ལྟར་སྐྱེང་ཡོང་དུས་ཁྲིད་སྒྲོ་སྤྱིང་ལ།
འདི་ལྟར་བསམ་དུས་ང་ཡང་ནག་ཉེས་ཡོད་པ་གཞི་ནས་རྟོགས་ཀྱིན་འདུག།

✦ དགེ་ནན་གྱིས་སོ་སོའི་ལྷ་ལྷུབ་དེ་སྒྲོ་བ་ལྷུག་ལ་འཇགས་ཐབས་ཁོ་ན་བྱས་ན་དེས་
སྒྲོ་བ་མའི་ནམ་དཔྱད་ལ་བཀག་སྒྲུབ་བཟོ་ངེས་ཡིན་ཞིང་ཡན་ཐོགས་པ་ལས་གཞོད་སྒྲིལ་བའི་ཉིན་
ཁ་ཡང་ཡོད།

བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་རྟོན་རྟེན།



དང་པོ།

གཉིས་པ།

མིའི་རྣམ་དཔྱད་རིམ་བཞིན་རྟེན་གསལ་དང་རྟེན་གསལ་སྤྱི་ལྟ་བུའི་དོན་གྲག་བཟོའི་བཤད་སྟེན་ཅུ་ལ་ཅུ་
གྲིས་ཡིད་མ་ཆོམས་པར་དངོས་ཐོག་བདེན་འཆོལ་གྱི་ཆན་ཅུ་ལ་རིག་པ་འཕེལ་མ་ནས། དོན་དམ་པར་སྟོང་བཅུད་
གཉིས་ཀྱི་ཆགས་རིམ་གྲིས་མཆོན་པའི་བདེན་དོན་ལ་ར་སྟོང་མི་ཉུང་བཞིག་ཀྱིས་ཉིན་ནས་མོངས་དང་རིང་ལུགས་ཀྱི་
ནད་ཡམས་ལ་གཤག་བཅས་བྱེད་སྐབས་བྱུང་ལ། འཇུག་བཞིན་པའི་ནོར་འཁྲལ་གྱི་ལམ་ཁ་ནས་ཕྱིར་འཐེན་བྱས་པའི་
མི་འཕོར་ཡང་བགྲང་ལས་འདས། ཡང་དག་པའི་ཆན་ཅུ་ལ་རིག་པ་འདི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱིས་སྟོན་ཏུ་གྱུར་བའི་ཤེས་
བྱའི་རྣམ་གྲངས་མང་པོ་ཞིག་གསར་སྟེད་བྱབ་ཡོད་ལ། འགྲོ་བ་སྤྱིའི་བདེ་ཅར་འཁྱུར་བའི་རྒྱ་བས་ཆེན་གྱི་མཛད་རྟེན་
ཀྱང་མང་པོ་བཞག་ཡོད། གསར་གཏོད་ཀྱི་གོམས་པའི་འདེགས་འཛོག་ཀྱང་སྟོན་གས་ཆང་མར་བྱབ་བཅུད་དུ་སོང་།

གསུམ་པ་ལྟུང་།

སྒྲིམ་ཆེ་ལ་གྱི་ནམ་པས་གོ་ལའི་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་མཛེས་པར་བྱས་ཤིང་སྙན་པའི་བསྒྲགས་བརྗོད་ཀྱི་སྒྲ་དབྱངས་
ཀྱང་རྗེས་རབས་པ་ཚོའི་ཞལ་ལས་ཀྱི་མའི་བཞུར་སྒྲ་བཞིན་ནམ་ཡང་འདྲགས་ཐབས་བྲལ་བའོ།།

གསུམ་པ་།

རང་ཉིད་ཀྱི་འབད་ཚོལ་ལ་མ་བརྟེན་པར་ཡོད་ཚད་ལས་དབང་དང་ལྷ་ལ་བཅོལ་བའི་ཉེར་ལེན་ལས་དུས་
རབས་ཉི་ཤུའི་དུས་འགོ་ཙམ་ནས་རྗེས་ལུས་ཀྱི་ནམ་པ་གསལ་བོར་མངོན་པའི་ངེས་པ་འདྲོངས་ཤིང་། མཚན་མའི་
འདྲིལ་རྟེན་གྱི་སྙན་ཁམས་ལས་འོད་ཟེར་ནམ་པར་བཀྲ་བའི་ཉི་མའི་བྱིས་གཞིར་བསྐྱེབས་པ་ལྷ་བུའི་སྤྱོད་ཚར་དངོས་
སྤྱུང་སྟེ། ཡོད་ཚད་ལས་དབང་དང་ལྷས་སྟོལ་བར་རྩོམ་པའི་ནམ་ཉི་ག་གི་རྩ་འཛིན་ལང་ལོང་དེ་ཡང་རིམ་བཞིན་
སེལ་ཞིང་། དངོས་ཡོད་བདེན་འཚོལ་གྱི་ཚན་རྩལ་རིག་པའི་ཞིང་ཁམས་སུ་བསྐྱེགས་ཏེ་ལོ་ངོ་དུ་མའི་རིང་སྤྱོ་བོ་
གངས་མེད་ཅེག་གིས་བྱངས་པའི་དཀའ་ཆོག་གསུལ་གྱི་འགག་འཕྲང་དེ་དག་ལས་སྟོལ་བྱུང་བ་བྱུང་ཞིང་། བན་མོན་
ནམས་ཀྱིས་ཀྱང་སྤར་ནས་ད་ལྟའི་བར་བསམ་སྟོན་ཅེ་གཅིག་གིས་ལྷ་ལ་དགོས་འདོད་ཀྱི་དངོས་གྲུབ་ཞུས་ཀྱང་།
སྤར་ཡོད་ཀྱི་གནས་ལུགས་ལ་འགྱུར་ཕྱོག་གང་ཡང་མ་བྱུང་བའི་ཁར་གྱོང་ཁ་མི་རྩུང་བཞིག་ཐོག་པས་ཡིད་ཐང་ཆད་
པའི་དབྱགས་ཀྱི་རྩ་བ་ནར་ནར་དུ་འབྱིན་ཞིང་མཐའ་མའི་མཛུམ་མདངས་ཤིག་ཚན་རྩལ་གྱི་ཕྱོགས་སུ་བཞད་བཞིན་
གདའ་འོ།།

བཞི་པ་།

ད་ལྟའི་བར་སྐབས་གནས་མིན་པའི་སྐབས་གནས་ཤིག་ལ་རེ་སྟོས་འཆང་བས། འཁོར་བའི་མཚོ་སྤིང་
གི་དཀའ་ཆོག་གསུལ་གྱི་བརྒྱབས་རེ་རེའི་འོག་ལོ་ཟླ་གངས་མེད་རིང་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱིས་ལུས་བྱངས་ཟད་པའི་བྱུང་བ་མང་
ལ། དུས་མིན་གྱིས་ཤི་བའི་ནམ་ཤེས་དང་། ནད་སྙུག་གིས་གཟིར་བའི་གདམ་རྒྱུད་ཏེ་ཅང་མང་། མདོར་ན་
གསར་གཏོད་ཀྱི་སྤིང་སྟོབས་ལ་དུས་མིན་གྱི་འགོག་རྒྱུན་བཅོས་པ་ལ་སོགས་པའི་གྱོང་གུང་མི་རྩུང་བཞིག་ཐོག་ཡོད།
དངོས་ཡོད་བདེན་འཚོལ་གྱི་ཚན་རྩལ་རིག་པ་འདི་དུས་རབས་ཤིག་གི་དྲུག་མས་མཚམས་ནས་ཡར་ངོའི་ཟླ་བ་བཞིན་
འདྲིལ་རྟེན་གྱི་མཁའ་ལ་འཕགས་ཏེ། ལྷ་སྤྱང་གི་སྙན་རྩོད་རིམ་བཞིན་ཁྱུ་སིམ་པའི་མལ་དུ་མནལ་ཉིན་ནས་ཡངས་
པའི་གོ་ལ་འདི་དབྱར་གསུམ་ལང་ཚོའི་གཟི་དཔལ་ནམ་པར་བཀྲ་བའི་ལུ་བས་བསྐྱེད་པས་པ་དང་ཡོངས་སུ་མཚུངས་
སོ།།

ལྔ་པ་།

ནམ་ཉི་ག་དང་མོངས་དད་ལས་གྲུབ་པའི་མོ་ལུང་ལྷ་སྟོལ་འདིས། རྒྱ་རྒྱུན་དངོས་ར་འཕྲོད་པར་བྱས་ཏེ།
དེ་ལ་གཉིན་པོ་སྟོབས་ལྡན་འཚོལ་ཞིབ་བྱེད་པའི་ནམ་དཔྱད་ཀྱི་ལྷ་མིག་དེ་མོར་བརྒྱག་དུ་བཏང་ཡོད། དེར་བརྟེན།
གོ་ལའི་འཕོ་འགྱུར་དང་བསྐྱེད་ཏེ་གོམ་པ་མདུན་སྟོན་བྱེད་མ་བྱུང་པར་ལྟའི་དངོས་གྲུབ་ལ་རེ་སྤྱུག་གི་བསམ་སྟོན་
འདིས། རྗེས་རབས་པ་ནམས་ལ་བརྟེན་དཀའ་བའི་སྤྱུག་བསྐྱེལ་གྱི་རྒྱ་མཚོའི་སྤིང་ཕན་ཞིག་བསྐྱེད་ཡོད།

ཐུ་བཞུར་བའི་ལེན།

གསང་གསུམ་ལ་སྟུག་བཟུལ་མི་ལམ་བཞིན་རུབ་ཡོང་གི་ བྱ་ངན་སྟུག་པ་བཞིན་འཐེབས་ཡོང་གི་ དགོན་
ཅོག་ལགས།

ཟུ་བ།

པོ་ཉི་དང་པོ་ཉི་བྱས་ནས་བཅོམས་འདུག་པའི་མཆོད་སྟེགས་ཀྱི་ཅིག་ཐེབས་ངོས་སུ། བདག་གིས་ཁྱོད་
ཀྱི་འབྲེལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཀའ་ནས། ཆོ་ཆེ་རབས་རབས་སུ་རྩེ་སྟུ་རྩུངས་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཡིན།
ཁྱོད་ལས་རེ་ས་མི་འདུག་ཅེས་སྟུག་སྟེ་བཏོན་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འདྲ་། ཁྱོད་ལ་གཡོ་འགལ་ཅི་ཡང་མེད་དོན་ཅི།
དགོན་ཅོག་ལགས།

རྟུག་པ།

བདག་གིས་ངག་འདར་འདར་དང་ལུས་ཞུས་ཞུས་གྱིས་ཁྱོད་ལ་གསོལ་བ་ཕྱར་ཚུགས་སུ་བཏབ་ནའང་།
ཁྱོད་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ལ་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་གོ་ དེ་བས། བདག་ད་དྲུང་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་ལངས་ཏེ་ཅི་
གསུང་ལ་རེ་སྟུག་བྱས་ཡོད་ལགས། ཁྱོད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྱན་དེས་མི་གཟིགས་དོན་ཅི་ཡིན། དགོན་ཅོག་
ལགས།

བདུན་པ།

ཁྱོད་ལ་དྲངས་གཙང་གི་ཡོན་ཆབ་འབྲུལ་མཁན་བདག་གཅིག་ཕུ་རེད། ཁྱོད་ལ་དེ་ཞིས་ཀྱི་བདུག་སྟོས་
འབྲུལ་མཁན་བདག་གཅིག་ཕུ་རེད། ཁྱོད་ལ་སྟུན་འཐེབས་ཀྱི་རོལ་ཆས་དཀྱོལ་མཁན་ཡང་བདག་གཅིག་ཕུ་རེད། དེ་
ལྟར་འདྲ་། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ལ་སྤྱན་རྩུང་གིས་ཀྱང་མི་གཟིགས་དོན་ཅི། མི་གཟིགས་དོན་ཅི།

བརྒྱད་པ།

ནམ་ཉི་མ་ཞིག་ལ་བདག་གིས་ཐེབས་ཐག་ནག་པོ་ཞིག་དྲུང་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མཆོད་སྟེགས་ཀྱི་མདུན་དུ་རང་
སྟོག་གཙང་ཅིས་བགྱིས་ཆོ། ཁྱོད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསགས་པའི་ནག་ཉེས་ལ་གཡོལ་སྤང། ཐག་རིང་ཐག་རིང་
དུ་མི་བྱོལ་རོགས། དགོན་ཅོག་ལགས།

བརྒྱ་བ།

བདག་གིས་སྟུན་ངག་གི་པོ་ཉི་འགའ་ཁྱོད་ཀྱི་དད་ཉེན་དུ་ཡུན་རིང་ཉར་ཆགས་བགྱིས་ནའང་། ཁྱོད་
བདག་དང་བར་ཐག་རིང་ནས་རིང་དུ་རྒྱར་འདུག་པས། ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བགྱི། ཅི་ཞིག་བགྱི།

གཞུགས་པའི་པལ་ལྷན་གྱི་

ཉམ་བ་ལྟར་གཅིས་པར་འདྲིན། དུང་། བྱིས་གཤེ་རྒྱ་འི་རྒྱ་བག་མེད་པའི་ཞལ་རས་གྱི་འབྲུ་མ་དཔྱལ་དང་།
ཆོས་པ་ཀླར་གྱི་འོད་ཟེར་རྒྱས་ཁ་པར་རྒྱར་རྒྱར་དེའི་ཤེལ་སྒོལ་ལས་འཕྲོ།

ལྷག་པར་དུ། རོགས་པ་སྐྱེ་ངང་ས་ཤར་དུ་ས་བྱིན་གྱིས་སྒྲོ་འོ་ཆོག་ཅོང་བསྐྱགས་ནས་པར་ཉིད་མཁའ་
ལས་སྡོང་བ་དང་། མཚན་མེད་ཟླ་འོད་ལྷན་བྱིན་གྱིས་ང་ལ་ཁ་ཡང་སྒྱུ་སྒྱུ་སྒྱུ་སྒྱུ་དགྲ་མ་བརྗོད་ཏེ་
མས་བྱག་ཉིད་དུ་ཡུར་བཅུག་པ་དང་ཨ་ན་མ་ན་མེད།

ཕདོར་ན།

བྱེད་ནི་དུས་རབས་གྱི་དགོས་མཁོ་དང་། འདི་ཡིད་མེམས་གསོ་བའི་བདུན་ཅི་ཡིན་ལ། དགའ་དུས་
དགོད་རོགས། རྒྱུ་དུས་རྒྱུ་རོགས། འདི་རྫོང་གི་མཆོད་གསུམ་གྱི་ཕོ་ཉ་ཡིན་པས། མཚར་སྒྲུག་གི་ཁ་བར་
བྱེད། འཕ་དོར་ག་ལ་ཕོད།

དཔུན་གཞུང་གི་ཉི་མ་མེར་པོ། དཔེ་འདི་ག་རྟེན་ལ་རྩོལ་ཁོལ་མ་སྡོལ་རེ་གསལ།

གཟུངས་ལོ། རིག་གནས་ག་བ།

མེད་པའི།

ལྷན་སྐྱེས་རང་བཞིན་གྱི་སེམས་ཁམས་

ཐུས་གུང་གོ་ག་མི་རུས་སྒྲུབས

ངའི་ཉི་ལམ་གྱི་བྱ་བ་ཚོར་

ཟུར་མིག་གིས་ལྟ་ན་མི་འདོད

ཅིའི་ཕྱིར་ཟེར་ན མ་མེད་དྲ་ཕྱལ།

འབྲོག་ཕུག་ནལ་མ་ཞིག་ལ

ཆེ་གང་གི་འདུན་མ་བཅོལ་འདོད་མིད

འོན་ཀྱང ལས་དབང་གི་སྒྲིལ་ཆིག་ནག་པོས

རེ་སྒྲོན་ལ་ཅི་ཡང་མ་ཐོབ་པར་དེ་རིང་གི་དུས་ལ་བསྒྲུབས།

ཡིན་པར ངས་ད་དྲུང་སྐྱུག་ངེས་ ཟུ་མཐུད་དྲུ

མ་མེད་དུ་སྒྲུག་ འགྲོག་སྒྲུག་ནལ་མ་གླིག་ལ་དེ་སྒྲུག་གི་མཆོད་པ་ནམ་ཡང་འགམ་རྒྱུ་ཡིན

དགོན།

རབ་འཇུག་ལ་ཐུ་བཞུར་མེད་པའི་ཐོག་དུ་རང་སྤོངས་དང་གཞན་རྒྱུད་ཅི་རིགས་ལ་བརྟེན་ནས་དབྱེད་སྤྱོད་གསལ་མོ་བཞི་རྒྱུད་འདིས་ཀྱི་བྱམས་པ་བཞི་ནི། སྤྱིང་གཏམ་ཁོལ་མ་དང་། འཇུག་མདངས་སྤྱིང་པོའི་སེམས་པ་གཅིག་གི་ཐུ་ལོག་དུ་བཞུད་པས། ངའི་འཇིག་རྟེན་ལ་ཨ་གར་གྱི་དྲི་བསྐྱེད་འབྱུང་བའི་དེ་རིང་། ངའི་སྤྱིང་འཇགས་ཀྱི་མཚོ་འབྲུམ་དུ་མེ་ཏོག་གི་འཇུག་ཁ་དགོད་རུང་། འཁོར་བ་ལ་ཚོས་ཉིད་ཅིག་མང་འཕྱིར། དེད་གཉིས་ལ་གཅིག་མཐུན་གྱི་ལམ་ཀ་དབེན། དེ་བས། དགུན་གཞུང་གི་ཉི་མ་སེར་པོ། ངའི་འཇིག་རྟེན་ལ་དྲོད་ཁོལ་མ་སྤྱོད་རོགས།

མཚོག

དེ་རིང་། འདི་ལྟར་ལྟ་དབང་གི་ཀྱུ་རེ་དང་ལས་དབང་གི་སྤྲོམ་ཚིག་དེད་གཉིས་ཀྱི་ཞིང་ཁམས་སུ་འབྱོར་བུང་། ངས་བྱང་སེམས་ཀྱི་ལོངས་སྤྱོད་བྱེད་འདོད་མོད། འོན་ཀྱང་། སྤྱི་ཉིད་མཐོ་སྒང་གི་ཉི་མ་རུ་སྐྱུལ་ནས་མ་རིག་པས་བརྟན་པའི་འཁོར་བ་ན་འཚོ་བའི་ལོང་སྤྲུག་དག་ལ་རིས་མེད་ནམ་དཔྱིད་ཀྱི་འོད་སྤངས་སྤྱིན་པ་ལས་ངའི་ཁོར་ཡུག་ལ་བསམ་གཞིགས་ཀྱི་དྲ་རྒྱ་མ་གཏོར། མ་གཞི་ནས་ང་འཚོ་སའི་འཇིག་རྟེན་འདི་སྤྱུག་བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱུབ་ཅིང་། མི་ཚེ་ནི་སྤྱོད་གར་གྱི་ལེ་ཚན་ཁོ་ན་ཡིན་ཕྱིར། དགུན་གཞུང་གི་ཉི་མ་སེར་པོ། ངའི་འཇིག་རྟེན་ལ་དྲོད་ཁོལ་མ་སྤྱོད་རོགས།

མཐུན།

ཉི་ཟླའི་འཁོར་སྤྱོད་ནི་ཚོས་ཉིད་ཡིན་ཡང་། བརྟེན་བའི་བཟོད་ལམ་ནི་རང་དབང་མ་རེད། དེ་བས། མི་ཚོས་ལས་འདས་ཤིང་། རྒྱུད་ཁ་རུ་མཆེད་པའི་གཏམ་རྒྱུད་སྤྱིར་མོ། སྤྱི་ལོའི་ལན་བུའི་གསེབ་ཀྱི་དྲུང་སྤང་གི་བརྟེན་དཀར་པོར་བསྐྱོམ་མི་ཚོགས་པས། སྤྱིན་མ་བྱུབ་པའི་བརྟེན་དུང་། མི་ལམ་གྱི་ལྟ་སྤྱང་རིང་མོ། བྱེ་བུང་གི་གཏམ་རྒྱུད་རི་བཞིན་སྤྱང་དན་གྱིས་སྤྲོམ་འགོ། དེ་བས་དགུན་གཞུང་གི་ཉི་མ་སེར་པོ། ངའི་འཇིག་རྟེན་ལ་དྲོད་ཁོལ་མ་སྤྱོད་རོགས།

ཇུ་སྤྱོད་ལྟ་བུ་བའི་ད་ལྟའི་བསམ་སྤྱོད་དང་། སྤྱོད་ཚུལ། ཀྱན་སྤྱོད། བསམ་འདུན་ནི་བོད་ཀྱི་འབྱུང་འཕྱར་གྱི་ཆབ་ཡིན་པས། ད་ལྟ་ནས་བཟུང་ཁོ་ཚོར་གསོ་སྤྱོད་ཡག་པོ་བྱས་ན་མ་གཏོགས་བོད་ལ་རེ་བ་ཡོད་པ་མ་རེད།

༡ བཀ་ཆེན་སྤྱི་ཁྱེད་བེད་སྤྱོད་ཐོབ་ཚོས་ཀྱི་རྒྱལ་མཚན་མཚོག་ནས།

ཡུལ་ཆེན་ལགས། དེའི་སེམས་པ་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་ཡོད།

ཕུན་ཚོགས་སྒོལ་དཀར། རིག་གནས་ཀ་བ།

༡

སྒྲ་དཀར་གྱི་ལན་བྱ་རེ་དང་། རྩལ་ཆུ་ཡི་ཤུལ་རིས་རེ་རེ། དུང་། ཤར་ཕྱོགས་ཀྱི་བསྐྱན་དག་
དམར་པོའི་གདུག་རྩལ་གྱི་རྒྱུང་ནས་ཁྱོད་ནས་བཞིན་པའི་ཞལ་རས་ཀྱི་སྒྲོ་སྒྲུང་བཟུང་། དེའི་ཡིད་ལ་སྐལ་ལེར་ཤར་
འོང་། ཨ་མ། ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་དུ་དེའི་ཕྱོགས་ལ་རྒྱུང་ལྷ་བྱས་པའི་སྒྲུན་རྒྱུང་གི་མིག་རྒྱ་རེ། དེའི་སེམས་
པའི་མེ་ལོང་ལ་ཤར་བེངས་རེ་ལ། དེའི་དུང་དང་ཁ་ཐག་རིང་བའི་མི་ཡུལ་འདི་ནས་སྒྲོད་ཡུན་རིང་དགས་སོང་ཞེས།
ངས་རང་ཉིད་ལ་ལེ་བདེ་དང་ལའང་ར་བྱེད་བཞིན་ཡོད། ཨ་མ། མི་ཡུལ་ན་བདེ་སྦྱིད་མེད་ཀྱང་། མི་ཡུལ་ན་ཨ་
མ་ཁྱེད་ཀྱི་བྱམས་བརྩེ་དང་འཕྲུལ་མཛད་ངས་མེད་ཀྱང་། ངས་ཉི་མ་ལྷ་བྱའི་སྒྲུབས་མགོན་ཁོང་ལ། ཁྱོད་ཀྱི་སྒྲོ་
ཡུན་རིང་བརྟན་པའི་སྒྲོན་ལམ་བདེ་བ་ཡོད། དེང་མ་བྱ་གཉིས་མི་རིང་མུར་དུ་འཕྲད་པའི་སྒྲོན་ལམ་བདེ་བ་ཡོད།
ལས་ཞིག་ཡོད་ན། ལམ་ཞིག་ཡོད་ན། དེང་མ་བྱ་གཉིས་ཁོ་ལྟ་བུའི་ཉི་མ་ཞིག་ཡོད་ཐག་ཚད་ཡིན། ཁྱོད་ཀྱིས་
སེམས་བདེ་མོ་བྱོས། ཨ་མ། དེའི་ཉི་མ་ལྷ་བྱའི་ཨ་མ།

༢

ཁྱོད་ཉིད་ཉིན་མཚན་དུས་དྲུག་དུ་ཕན་པའི་གདུང་སེམས་དང་མནར་གཅོད་ཁྱོད་ན། དེའི་སེམས་པ་ནི་
ལ་ཁའི་དར་ལྗོན་བཞིན་ཕན་གདུང་གི་རྒྱུང་གིས་བསྐྱེད་ལ། ལ་ཁའི་སྒྲུག་རིས་བཞིན་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་རྒྱུང་གིས་འདེད།
ཨ་མ། ཁྱོད་དང་ཁ་ཐག་ད་ཅང་རིང་བའི་མི་ཡུལ་གཞན་ཞིག་ནས། དེའི་ཕྱོགས་སུ་ཆས་པའི་ཉིར་བཞུགས་
ཙམ་བཞིན་ཡོད་ལ། ཁྱེད་དམར་གྱི་ཁྱོད་འབྲེལ་བཞིན་པའི་དེའི་མིང་སྤང་ཆོད་ཕྱོགས་སུ་ཆས་པའི་སྒྲོ་གོན་སྦྱིག་
བཞིན་ཡོད། ཨ་མ། དེའི་རྒྱ་བ་ལྷ་བྱའི་ཨ་མ།

༣

དེང་སྐབས་ད་གནས་འཆའ་སའི་ཁོར་ཡུག་འདི་རི་ཁྱོད་ལས་ཀྱང་ཁྱེད་སེམས་པའི་མི་ཡུལ་གྱི་བྲག་རྒྱུང་
རྒྱུང་ཞིག་རེད། ཡིན་ནའང་། མཚན་མོ་བསྐྱེད་པས་བེངས་རེ་ལ་དེའི་མལ་བུལ་གྱིས་མགོ་བོ་རི་ལྷར་བདུ་མས་ན་
ཡང་། དེའི་སེམས་པ་སྒྲུང་རྒྱུང་འདྲ་ཤོ། ཐེལ་འཕྲུབ་གྱིས་ཁྱོད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཤོར་འགོ། ཨ་མ། དེའི་མེ་ཐུང་ལྷ་
བྱའི་ཨ་མ།

4

—21—

ཚུ་བཞུར་བའི་ལུ་ཅུ།

གསང་གསུམ་ལ་སྤྲུལ་བཟུང་མི་ལས་བཞེན་རུབ་ཡོང་གི་ བྱ་ངན་སྤྲུལ་པ་བཞེན་འཕེབས་ཡོང་གི་ དཀོན་
ཅོག་ལགས།

ཕྱ་བ།

པོ་ཉི་དང་པོ་ཉི་བྱས་ནས་བཅེགས་འདུག་པའི་མཚོད་སྟེགས་ཀྱི་ཅིག་ལྷེབས་ངོས་སུ། བདག་གིས་ཁྱོད་
ཀྱི་འབྲེལ་ཆེན་པོ་ཞིག་བཀལ་ནས། ཆོ་ཆེ་རབས་རབས་སུ་རྩེས་སུ་རྩུངས་ཤིག་ཅེས་གསོལ་བ་བཏབ་པ་ཡིན།
ཁྱོད་ལས་རེ་ས་མི་འདུག་ཅེས་སྤྲུལ་སྟོན་པ་ཡིན། དེ་ལྟར་འདྲ། ཁྱོད་ལ་གཡོ་འགྲུལ་ཅི་ཡང་མེད་དོན་ཅི།
དཀོན་ཅོག་ལགས།

རྒྱ་བ།

བདག་གིས་ངག་འདར་འདར་དང་ལྷུས་ཞུས་ཞུས་ཀྱིས་ཁྱོད་ལ་གསོལ་བ་ཕུར་ཚུགས་སུ་བཏབ་ནའང་།
ཁྱོད་ཀྱི་མཉམ་བཞག་ལ་འགྱུར་བ་ཅི་ཡང་མི་འདུག་གོ དེ་བས། བདག་དཔྱད་ཁྱོད་ཀྱི་སྒོ་འགྲམ་དུ་ལངས་ནི་
གསུང་ལ་རེ་སྤྲུལ་བྱས་ཡོད་ལགས། ཁྱོད་ཀྱི་ཡེ་ཤེས་ཀྱི་སྤྲུན་དེས་མི་གཟིགས་དོན་ཅི་ཡིན། དཀོན་ཅོག་
ལགས།

བདུན་པ།

ཁྱོད་ལ་དུངས་གཅད་གི་ཡོན་ཆ་བཟུལ་མཁན་བདག་གཅིག་ཕྱེད་དེ། ཁྱོད་ལ་དྲི་ཞིམ་ཀྱི་བདུག་སྟོས་
འབྲུལ་མཁན་བདག་གཅིག་ཕྱེད་དེ། ཁྱོད་ལ་སྤྲུན་འཕེབས་ཀྱི་རོལ་ཆས་དཀྱོལ་མཁན་ཡང་བདག་གཅིག་ཕྱེད་དེ། དེ་
ལྟར་འདྲ། ཁྱོད་ཀྱིས་བདག་ལ་སྤྲུན་རྩུར་ཀྱིས་ཀྱང་མི་གཟིགས་དོན་ཅི། མི་གཟིགས་དོན་ཅི།

བརྒྱད་པ།

ནམ་ཉི་མ་ཞིག་ལ་བདག་གིས་ལྷེབས་ཐག་ནག་པོ་ཞིག་དུད་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་མཚོད་སྟེགས་ཀྱི་མདུན་དུ་རང་
སྟོག་གཅད་ཅིས་བགྱིས་ཆོ། ཁྱོད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་བསགས་པའི་ནག་ཉེས་ལ་གཡོལ་སྤྲད། ཐག་རིང་ཐག་རིང་
དུ་མི་བྱོལ་རོགས། དཀོན་ཅོག་ལགས།

བརྒྱ་བ།

བདག་གིས་སྤྲུན་ངག་གི་པོ་ཉི་འགའ་ཁྱོད་ཀྱི་དང་ཉེན་དུ་ཡུན་རིང་ཉར་ཆགས་བགྱིས་ནའང་། ཁྱོད་
བདག་དང་བར་ཐག་རིང་ནས་རིང་དུ་གྱུར་འདུག་པས། ད་ནི་བདག་གིས་ཅི་ཞིག་བགྱི། ཅི་ཞིག་བགྱི།

གཞུང་འབྲེན་གྱི་བཞུགས་པ།

བཞུགས་པ་གཅིག་པ།

ཉེ་ལམ་ང་རང་འཛིན་ཉེན་འདིར་ཁ་བྱལ་སོང་བ་ལྟ་བུའི་ཚོར་སྣང་ཞིག་བསྐྱབས་ཡོང་གི་ རེ་ལྟ་
ནའང་། ངས་བྱིད་ལ་གསོལ་འདེབས་བགྱིས་པ་ཡིན། ངས་བྱིད་ལ་མཚན་པ་ལྟེན་པ་ཡིན། གང་ལྟར་ངས་བྱིད་
ལ་དུས་གཏན་དུ་འབྲེལ་ཐག་གཅོད་མི་བྱུང་གི་ དཀོན་ཅིག་ལགས།

བཞུགས་པ་གཉིས་པ།

སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་འཛིན་བཞིན་པའི་བདག་གི་སྒྲ་ཆེ་སྟོག་གསུམ་བྱིད་ཀྱིས་བདག་གིར་བགྱིས་ཆོ།
བདག་ལ་དེ་ཡིས་ཆོག་ལ། དེ་ཡིས་ཆོམས།

བཞུགས་པ་གསུམ་པ།

བྱིད་ནི་བདག་གི་སྐྱབས་གཅིག་ལྟ། བདག་ནི་བྱིད་ཀྱི་གཉིན་གཅིག་ལྟ།

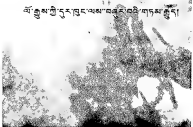
✉ སེམས་པ་འདི་སྤྱི་ག་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་མཚན་ཏི་མྱི་དྲི་ཏི་ག་ཏི་ག་ཏི་དང་བྱིད་
དང་བྱིས་ལྟག་ལྟེན་པ་ཡིན། ཁོ་ཤོས་ལམ་འདི་འདྲ་ཞིག་བདམས་པའི་གཏམ་ངན་དེ་གོ་དུས་བྱིད་
ཉིད་ཏེ་ལས་ཤིང་ཏང་སངས་པས་མི་ཚད། བདག་གི་ནོར་འབྱུང་ཞིག་ཏུ་བཅི་ནའང་ཐང་མོད།
གལ་སྲིད་བྱིད་ཀྱིས་སེམས་ནལ་ལ་མཐ་ཏི་ཁོ་ཤོའི་ཤི་རྒྱན་འདིར་ཞིབ་འདད་རི་བརྒྱབ་ཆོ། མཐའ་
མཐུག་གི་བྱིས་ལྟག་ལྟེན་པ་དོན་ལའང་རྒྱ་མཚན་ཡི་ནས་མེད་པ་མ་ཡིན་པའི་ངས་ཤེས་འདྲ་འདྲོང་
སྲིད་དོ། བྱིད་དང་གཏན་བྱལ་དུ་སྐྱར་བའི་སྐབས་འདིར། ངས་ཅི་འདྲས་... .. ཅི་འདྲས་
བྱིད་དང་མཐའ་འདྲོད་ཡོད་པ་ལ་ཨང་། ཡིན་ནའང་འདི་ནི་སྲིད་པ་མ་ཡིན་ཏི། དེ་རིང་ངས་ད་
དུང་ཡང་བྱིད་ལ་ཆོག་འཕྲིན་ཞིག་བཏང་དོན། སྐྱར་དུ་ལས་གནས་སྒོར་བའི་བདེ་ཡིག་ཅིག་
འབྱོར་བར་རི་བཅེ་ཨང་། འོན་ཀྱང་། ངས་ཁོག་འདད་ཟབ་མོ་ཞིག་བརྒྱབ་པ་ན། རང་རིགས་
འདིར་སྐྱར་བཞིན་མོངས་སུ་ན་དང་རྗེས་ལུས་ཀྱིས་ཐོང་དུ་འབྱུངས་ཤིང་། དེའི་དོན་དུ་ཁོ་ཤོས་
ཀྱང་ཚོམ་ཡིག་ཁ་གངས་ཡོངས་པ་ཞིག་བྲིས་ཏི་ཁོ་ཤོའི་གོ་དོགས་དེ་སང་ན་སྐྱམ་ཡང་། མམ་
ཁ་རང་གིས་ཉོ་དགོས་བྱུང་བྱིན། ངས་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉམ་རྒྱུད་པའི་ཆེ་སྟོག་གིས་མཚན་སྒྲིན་བྱས་
ཏི་དུང་བདག་གསལ་བོ་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ཅམ་མོ།

དཔལ་དོན་སྤྱི་བ་རྒྱལ་བྱིས་ཁོའི་སྟོགས་པོ་གསང་བདག་ལ་སྒྲིངས་པའི་མཐའ་མའི་ཁ་ཆེ་མས་ཡི་གེ



ཁྱིམ་ཁྱིམ་སུ་ཐོན་ཐོན།

མོ་ཁྱིམ་གྱི་དུར་ཁུང་ལས་ཐོན་ཐོན་གཏམ་ཁྱིམ་།



ཁྱོད་ཕྱོགས་སུ་ཐོན་ཇེ་ས།

དོ་རིག་པའི་མདའ་མོ། རིག་གནས་ཁ་བ།

ཤེས་རིག་སྒྲིག་མའི་བཅུད་ལ་རོལ་དུས་སྒྲིན་བདག་བྱ་མོ་བསམ་བཟང་མ།
སྙིང་སྟོབས་རི་མོར་གསུམ་ཁོར་དུས་བརྟེན་བས་སྟོང་བའི་རིག་བཟང་མ།
ཕྱི་ཁ་སྟོང་གིས་ཆེལ་བར་གཤགས་དུས་སྒྲིན་པར་སྦྱལ་བའི་སེམས་དཔའ་མ།
མཛེངས་མ་འབྲུམ་གྱི་སེམས་པ་བསྐྱལ་བའི་བདག་གི་སེམས་ཀྱི་སྒོས་གྲོགས་མ།

སྤྱ་རྒྱལ་གཙུག་གི་འོར་བུ་མེད་ཀྱང་བརྟེན་བཞེད་པའི་སྒྲིན་ལྷན་མ།
མོ་གསར་སྟོང་གི་མཛེས་པའི་མདུན་ནས་འགྱུར་མེད་བྱ་མོ་ཤེས་ལྷན་མ།
རིན་ཐང་བྲལ་བའི་རྒྱན་ཆ་དབེན་ཡང་གཞན་ཡིད་ཀྱི་བའི་དབང་ལྷན་མ།
ཤིས་པ་འབྲུམ་གྱི་དངོས་གྲུབ་ཐོབ་པའི་དབྱངས་ཅན་བྱ་མོ་ཉམས་ལྷན་མ།

སྒྲིན་མོ་ཆེག་གི་དྲུང་སེམས་བར་ན་བརྟེན་འདར་འབྲིལ་བའི་གཤིས་བཟང་མ།
སྒྲིན་སྒྲིམ་ཞལ་གྱི་འཛུམ་མདངས་རེ་ན་ལྷག་བསམ་འཕྲོ་བའི་རིག་ལྷན་མ།
རྒྱན་རིང་འགྲོགས་ཀྱང་སྙིང་བ་མེད་པའི་མཐོ་སྒྲིང་བྱ་མོ་རྒྱུད་འཛུམ་མ།
སྤྱད་མེད་ལུས་ཀྱི་གོམ་འགྲོས་བར་ན་རང་གཤིས་མངོན་པའི་སེམས་དཔའ་མ།

རྒྱང་བཞུད་གཤོག་ཡངས་མཁའ་ལ་བརྒྱུད་པའི་རྒྱལ་ཁམས་ཉལ་བའི་སྒྲིག་ཕྱག་མ།
གྲུས་ཁའི་སེམས་པ་ཁ་བས་བསྐྱུ་བས་ཀྱང་མཆི་མ་དབེན་པའི་སྟོ་སྟོབས་མ།
གཏན་གྱི་མཛེལ་མཐུན་དོལ་བྲིས་པའི་བརྟེན་ལྷན་བྱ་མོ་འགྱུར་མེད་མ།
འདྲ་འབྲལ་འཁོར་བའི་སྙིང་བོ་རྟོགས་པའི་སེམས་དཔའ་སྟོང་གི་བྲུགས་སྒྲིམ་མ།

རི་བོང་མཚན་མའི་འཛུམ་དཀར་འབྲིལ་བའི་ཁ་ཁུ་སིམ་པའི་མཚན་མོ་ཞིག།
ཆེག་གི་མདུད་པ་མནའ་ལ་གཏད་ནས་ཆོ་གཅིག་འདུན་པ་བཙལ་ན་ཡང་།
འཁོར་བའི་གཤིས་ཀྱི་སྒྲིག་རྒྱུང་བཙན་པོས་སེམས་ཀྱི་དྲོད་ཁོལ་གཏོར་ནས་ཐལ།
བྲལ་ཁའི་གྲུས་གཏམ་མིག་རྒྱས་སྒྲིང་ནས་ཆེག་གསུམ་སྙིང་གི་རྟེན་དུ་བཞག།

གཞུང་འཛིན་བཞུང་ལྷན།

བད་པོ་འཛོག་པའི་ལག་བད་རེ་ན་སྤྱིང་རྒྱུང་འགས་པའི་གདམ་རྒྱུད་ཅིག།
འབྲང་བའི་སྤྱི་མིག་རེ་འཛོག་ན་ཡིད་སེམས་འབྱུག་པའི་རྒྱུང་དམར་ཞིག།
རྒྱུག་གཟུགས་འཛོལ་བའི་གདུང་སེམས་རེ་ལ་མིག་ཆུ་བཞུར་བའི་སྤྱན་དག་ཅིག།
བྱང་ཡིག་ཆེན་མོའི་འདས་དོན་རེ་ལ་བྱན་ཤིང་སྤོང་གི་རྒྱུག་ཅིག།

ཁད་གྲིས་བཙལ་ན་ཡོད་ཡོད་བསམས་ནས་བྱིད་ཀྱི་བྱི་བ་གཟུགས་བཙལ་འདོད་སྤྲིས།
 ཞིབ་དུ་བསམས་ཆོ་གྲིས་བྲལ་བཙན་པོས་ཡ་རུང་སྤྱིང་ལ་གསུམ་ཁ་བྱིན།
 ཉུ་ཞགས་འཕྱགས་པའི་ཐ་མག་སྤྱི་ན་བསམ་གཞིགས་འཕུར་བའི་གཏམ་རྒྱུད་དེས།
 བདག་གི་སེམས་པའི་དྲན་ཤིང་ཐབ་མོ་ཡང་བསྐར་བྱིད་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ཤོར།

ཡུན་རིང་འདྲིས་པའི་བག་ཆགས་བར་དུ་གཏུང་བའི་སེམས་ལ་དུ་ཁ་སྐྱོང་།།
ཁད་གྱིས་བྱལ་བའི་སྟག་བརྩལ་སྐྱོང་ན་ལས་དབང་བཅན་པོས་འདིག་དེན་བསྐྱུ་ལ།།
ལོངས་སྤྱོད་རྫོགས་པའི་སྐོབ་སྐྱིད་འདི་ནས་སྟག་གིས་མནར་བའི་བྱ་ལོ་ལ།།
འཕྱུ་མ་ཁྲོལ་བའི་དབྱར་གྱི་ལང་ཚོ་ཐོངས་གཅིག་སྒྲིན་པའི་ལས་ལ་བྱང་།།

ཁྱོད་དང་བུལ་པའི་ཉིན་མོ་རེ་རེ་བཙན་གྱིས་བཞུལ་ནས་རང་སེམས་མཛན།།
 ཟུན་གསུམ་མཛན་མོའི་ཞིང་ཁམས་རེ་རེ་བུ་ལྟ་འཛུབ་པའི་དགུན་ལས་གང་།།
 ངལ་བ་སྟོང་གི་རྩལ་ཆུ་ཁྱི་ཞོར་ཕམཐར་བཞུལ་ནས་བྱེད་ཀྱི་དྲུང་།།
 ཡུན་རིང་བསགས་པའི་དྲུང་སེམས་དམར་པོ་མཆི་མ་དང་བཙས་བཅོད་འདོད་སྦྱེས།།

འོན་ཏེ་ལས་གྱི་འབྲས་ལྟ་རེ་མི་སེམས་སྤངས་པའི་མཚོན་ཆ་བཞིན།།
 དན་པའི་སེམས་པ་སྤངས་སྒྲར་འཕྱོ་ཡང་འཕྲད་པའི་ལས་དབང་གིན་ཏུ་སྟ།།
 སྤྱིན་མར་རྟོལ་པའི་ཡིད་གྱི་འདྲེ་ཕྱེད་སྟོག་དམར་འབྲུག་པའི་སྟག་རུམ་ཁོད།།
 བྱས་པའི་ལས་ལ་ལུང་ར་མོད་པའི་བསམ་མེད་བྱིས་པའི་ངང་ཚུལ་འདི།།

❖ དེར་དུ་སྒྲོབ་སྒྲོང་ལ་ཆོས་རྒྱུད་གིས་ཆོག་པར་འདྲིན་པ་འདྲིའི་དབང་གིས་གང་
ཟག་དང་ཤེས་ཡོན་གྱི་བར་ན་འགྲུངས་དབང་ཆེ་ཆེ་བ་འདྲི་བྱུང་བ་ཡིན།

ཐོབ་དཔོན་ཟམ་གདོང་རིན་པོ་ཆེ་ས།

ཏེ་ཏོར་སྒོ་བཟང་བདེ་ལེགས། རིག་གནས་ཁ་བ།

ལྷ་འོ་པའད་སྒྲུ།

ཁོང་དུ་མ་རྒྱུད་པ་གང་རུང་གི་རྟོག་པ་ཐོའི་སྒྲིན་ཞོ་ཞེས་པའི་ལན་དུ། ཁྱེད་ཀྱིས་དེད་ལ་ཕུ་ཡི་རྒྱའི་སྒྲུ་དོན་ཁོང་དུ་མ་
ལྷ་ཅེས་གཞེན་ཡང་། ཁྱེད་ཀྱིས་མཁས་ཉམས་དཔའ་ཐལ་གྱིས་ཕུ་རུ་པ་སྒྲིས་པ་དང་། ཡི་རྒྱ་རྟགས་ཏེ། མཚམས་
ཕྱར་བས་ཕུ་ཡི་རྒྱ་ཞེས་བྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཅེས་བྲིས་གང་ལ་བ་དེ་འདྲའི་མཚམས་སྒྱོར་ཚུལ་ཤོད་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲུ་མདོ་གང་
ན་ཡོད་པ་སྟོན་ནི་ག་ཅེས་གསུངས་འདུག་པས། དེ་འདྲ་བའི་སྒྲུའི་མཚམས་སྒྱོར་བྱེད་སྐད་ས་མེད་པ་གསལ་པོར་གོ་
ནུས་ཤིང་། མདོར་ན། རྒྱ་མས་ལོག་འབྲེལ་ཆི་ལྷར་བྱས་པ་བཞེན་གྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཡག་གི་དཔའ་པོ་ལུག་
དང་། ལུག་གི་དཔའ་པོར་། རའི་དཔའ་པོ་ཁྱིས་བྱས་པའི་བཤད་རྒྱན་ལྷར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་མ་དག་གི་སྒྲོ་རོར་མོས་པ་
མེད་ཀྱང་རྣམ་དཔྱོད་ཀྱི་རྩལ་གསར་པ་ཞིག་མ་རྟོན་ནས་འདིའི་ཐད་ལོག་ལམ་ནང་རང་བཞེན་གྱིས་གཅིག་ཆེས་གཉིས་
འདུག་བྱ་དགོས་གྱུར་པ་ཙམ་དུ་མདོན་ཞིང་། ཡང་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐད་ས་རེ་འགས་བདག་སྒྲུའི་ཐད་པ་པོ་གཉིས་ཀྱིས་
མི་མོ་མོ་གཉིས་ལས་པོ་ཡིན་པ་གོ་བྱུབ་པ་དང་། མ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་མི་མོ་མོ་གཉིས་ལས་བྱུང་མེད་ཡིན་པ་གོ་ནུས་
པའི་རྒྱ་མཚན་ཕྱོགས་རེ་བས་པོ་རྟགས་དང་མོ་རྟགས་ལ་འབྲེལ་བ་ནི་བདག་སྒྲུ་བསྟན་པའི་རྩ་ཆོག་གི་དོན་དང་བར་
ཐག་ཏེ་ཅང་གི་རིང་བ་ནི་ཤར་རྒྱབ་ཀྱི་དཔེ་དང་ཁྱད་མེད་དུ་གྱུར་ཅིང་། གང་ལྷར་གོང་གི་འབྲེལ་ལུགས་དེ་དག་ནི་ཕན་
ཐོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་ཅི། པོག་བཤད་ནགས་ཆོལ་སྟུག་པོ་ཁོ་ནས་བདག་སྒྲུའི་དོན་ཡོངས་རྣམས་བསྒྲིབས་ལ།
དེ་བཞེན་སྒྲོ་ཐུན་གཟུར་གནས་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་དུ་དཔྱད་ན་ཤེས་ནུས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྒྲོ་ནལ་དུ་ཕབ་ནས་ཞིབ་དུ་
བསམས་ན་འདིའི་སྒྲོར་རྒྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བཞེན་དུ་འབྲེལ་ནས་བཞག་པར་སྒྲོ་ཆི་ལྷར་བདེ་བར་གྱུར་ཡོད་དམ་སྟེ་
མོ། །

རང་ལུགས་བདག་སྒྲུའི་རྩ་ཆོག་ལ་འབྲེལ་བ་ནི། སྒྲུའི་མཚམས་སྒྱོར་བྱེད་ཚུལ་ལ་བལྟས་ན་ཕུ་ཞེས་པ་
ནི་པ་མེ་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དགག་ལན་ཆངས་པའི་ཐིག་གི་སྒྲུན་ལས། ཕུ་ཡི་རྒྱའི་ཕུ་ཞེས་པ་པ་མེ་ལ་དོས་འདྲིན་པ་
དེ། རྒྱ་ལྷ་དམར་པའི་འབྲེལ་ལུགས་སུ་མ་ཟད། སྒྲུ་པ་ཏེ་པ་དང་། སྒྲུ་པ་གཉིས་ཀར་ལྷ་ཏེ་ཀྱི་མེ་དང་བཅས་པའོ།
ཞེས་དང་། དབྱངས་ཅན་སྒྲུ་མདོ་ལས་ཀྱ་ཚུ་རུ་ཕུའི་མེ་པ་རྣམས་སོ། ཞེས་གསུངས་པས་སྒྲུ་མདོ་ཆེན་པོ་རྣམས་
ཀྱི་དགོངས་པར་གནས་ཤིང་ཞེས་དང་། ཀྱ་ཚུ་རུ་ཕུ་དང་བཅས་པ་ནི་མེ་པ་སོ་སོར་གོ་དགོས་ལུགས་ནི། ཐོན་མེའི་
ཞལ་ལུང་གི་དཀར་ཟེན་གངས་རིའི་རྒྱ་རྒྱན་ལས། ཆང་མ་སོགས་མ་ཡིག་ཕུ་ཡི་རྒྱར་(བདག་སྒྲུར་)འགྱུར་བ་ཡོད་
ཅས་དཔལ་ལུས། སྒྲུ་སྒྲུ་པའི་གཞུང་དུ་ལྷ་ཏེ་མེ་དང་བཅས་པའོ་ཞེས་པ་ལས་ཁྱད་པ་དང་སོ། ཁོའི་ཕྱིར་ཀྱ་
ཞེས་པ་ཀྱ་མེ་དང་། རྒྱ་ཞེས་པ་ཅ་མེ་སོགས་སོ་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། སྐབས་འདིར་ཕུ་ཞེས་པ་པ་མེ་ལ་འབྲེལ་
དགོས་པ་ནི་དོན་ལ་གནས་ཡོད་ཅིང་། ཡི་རྒྱ་ནི་རྟགས་སམ་སྒྲུ་གངས་ཏེ་པ་མེའི་གསལ་བྱེད་བཞེས་པོ་རང་རང་གི་སྒྲུ་
གནས་ནས་ཐོན་པའི་སྒྲུ་གངས་མི་འདྲ་བ་སོ་སོའི་རྟགས་ལ་གོ་བཤེན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། ། སྐད་དང་སྒྱོར་
སྐད་སམ་ནི། དེ་དག་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མ་མཐའ་ན་ཕུ་ཡི་རྒྱའི་སྒྲུ་མེ་བདག་སྒྲུ་དངོས་བསྟན་པ་པ་པ་མ་བཞེ་

ལྷ་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་མོར་བའི་སྤྱ་གུའི་མིག་ལུ།

སློབ་མཁན་མཁུན་བཙུན། རིག་གནས་ལོ་རིམ་དང་པོ།

བྱམས་བཙུའི་འགྲོས་ལྷན་གཞིན་ནུ་མ་ཡུམ་མས།
བྱིན་པའི་མདངས་ལྷན་དབྱིད་ཀྱི་ལང་ཆོའི་ལྷོན།
དལ་བར་ལྷེ་མ་ལ་ཕྱོགས་པའི་སྤངས་སྤབས་ཀྱིས།
ཁོ་བོའི་སེམས་ལ་བྱག་རྩ་རིང་ནས་སྟེར།

ལྷག་པར་བྱང་གཞུང་ལོ་མའི་རིང་བྱ་རུ།
དལ་བྱར་ལྷིང་བའི་ངང་མོ་བྱང་གཅིག་གིས།
མཐོན་དུ་བསྐྱས་པའི་བཙུན་གྱི་བ་མའི་རིས།
ཁོ་བོའི་སེམས་ཀྱི་དམར་རྩུང་རིང་དུ་བྱེར།

བཙུན་གའི་གྲར་ཁང་བྱིད་ཞལ་པད་ཆེལ་ན།
ཅི་དགར་གཡོ་བའི་མིག་བྱང་སྤྲིན་མའི་ཕྱོགས།
བྱར་མིག་གར་ལ་ཅེན་པའི་སྤྲང་ཅིའི་མདའ།
སྤར་ནས་རིང་དུ་ཁོ་བོའི་སྤྲིང་དུ་སྤྲུག།

ཕྱོགས་བཞིའི་རྒྱ་དུག་སྤྲང་ཅིའི་རོ་ལ་དུང་།
དབྱིད་ཀྱི་ཕོ་ཉ་དབྱར་གྱི་དུས་ལ་ཞེན།
དེ་བཞིན་བདག་སློབ་དབྱིད་ཀྱི་གཤོག་དུག་པ།
བྱིད་སྤྱོ་ལོ་མཚོར་ལྷིང་བར་གཏན་དུ་བྲེལ།

བྱིན་ལ་འཕྱར་བའི་བན་གདག་ལོ་མཚོ་སྤྲིང་དུ།
བཙོན་ལ་རྩུང་པའི་གཤོག་དུག་ཉ་མོ་བཞིན།
བྱིད་སྤྱོ་བསྐྱས་པའི་བཙུན་འབྲུམ་ཕྱག་གིས།
ཁོ་བོའི་སེམས་ཀྱི་ཡུ་མོ་བྱ་རྩ་རྩུང་།

གཞུང་པལ་པལ་སྒྲིག་པའི་བཞུགས་སྐབས་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་

འོན་ཀྱང་ཁྱེད་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ཐུགས་རྒྱུད་།
ཡོན་པར་འཕྲོ་བའི་རི་དྲགས་མིག་ཅན་མ།།
གང་གི་བཙུང་བའི་དགའ་མ་འབྲུམ་གྱི་ཟེར་།
ཁོ་ཐོའི་རི་བའི་པད་ཆེན་ཅེས་མ་འཕྲོས་།།

ནམ་ཞིག་ཁོ་ཐོའི་ནམ་ཞིག་ངང་བའོ།།
མི་འདོད་མི་མེད་པའི་ཡུལ་དུ་འཕྱེད་ན་ཡང་།།
ཟོལ་མེད་དུང་བའི་བཙུང་ཞེན་དམར་པོའི་ཐག་།
ཁྱེད་དང་འབྲུམ་མེད་སྒྲིན་མའི་ལས་ལ་སེམས་།།

ལམ་གྱི་འགྲོ་གཞི།

ཨ་འདྲུམ་མིག་ཟུ། ཟུར་སྒྲིང་།

༡

ཐོག་མའི་འདྲི་གཞི་དེ་རིག་སྒྲིབས་།།
མཁའ་ལ་སྒྲིག་སྒྲིན་ཞིག་འཐེབས་འདུག་།
གསེར་རྒྱན་འོད་སྒྲིབ་གི་རྒྱལ་པོ།།
མཐོང་བའི་སྒྲིབ་བའི་ཡང་མ་བྱུང་།།

༢

མདུན་སྒྲིང་སེམས་དོགས་ཀྱི་རི་སྒྲིན་།།
སྒྲིང་གི་དཀྱིལ་དབྱུགས་སུ་བཟུང་ནས་།
ཐོས་བཙུན་ཐུགས་ལ་བསྐྱེད་སྒྲིང་།།
རྒྱ་བའི་ལམ་འཕྲང་དེ་དོག་གི།།

༣

མ་སྒྲིང་གཙང་མ་ལ་བསམས་ནས་།།
སྒྲིན་སྒྲིང་སྒྲིག་སུ་བཞུགས་ཀྱང་།།
ཞེན་པ་གྲོང་པོ་འགའི་སེམས་པར་།།
རང་སྒྲིང་ཕྱིས་ཐང་ཞིག་མི་འདུག་།།

༤

ཁོ་བོའི་ཆེ་མོན་གི་དྲངས་མ།
མ་སྐད་ལྟ་མེད་དེ་འདྲོད་ན།
ཆེག་འཇམ་དོན་སྟོང་གི་བསྐབ་བྱས།
འགྲོ་ལམ་འགོག་པ་རང་མ་གནང་།

༥

མི་རིགས་དར་ཁྱེད་ཀྱི་ཙུབ།
སྐད་ཡིག་འཕེལ་འགྲིབ་ལ་བྱུག་པ།
མཁྱེན་པའི་ལོ་རྒྱུད་གི་གཞོན་ནུ།
ཐུན་པའི་འཛིག་རྟེན་ལ་མ་རྫོངས།

༦

ན་རྒྱུད་བྱིས་པ་ཆོའི་འགྲོ་ལམ།
ཆར་མའི་འཛིག་རྟེན་ལས་རྩལ་གྱུང་།
དམར་པོ་སྟོང་ཁམས་ལ་བཞོད་པའི།
དམ་བཅར་འགྱུར་བ་རང་མེད་དོ།

གངས་ཕུག་གི་སྟོང་གཏམ།

བྱང་རྒྱལ་རིན་ཆེན། རིག་གནས་ག་བ།

ཀ་ཡི་གསོན་དང་ཁ་བའི་སོན་རྩ་མས།
ཁ་ཞི་གཉིས་མེད་ང་ཆོའི་རིག་གཞུང་དག།
ག་དུས་ཡིན་ཡང་རྒྱན་འཛིན་བྱ་རྒྱུ་ནི།
ང་ཆོ་མི་རབས་འདི་ཡི་འོས་འགན་ཡིན།

ཅ་ཅོ་མང་པོའི་གཏམ་ལ་མ་གཡེང་བར།
ཆ་ལུགས་སྟོལ་བཟང་མེས་པོའི་ཕུག་རྗེས་ན་མས།

གཞན་ཡི་བཞུང་ལྟ།

ད་ཆང་བདུད་ཅི་བཞིན་དུ་ཡོངས་སྤུང་ནས།

ན་གང་སེམས་ཀྱིས་རང་རིགས་མི་ལྷན་པས།

རྟུ་ལའི་དབུ་བྲིད་བཟང་པོའི་ལམ་སྟོན་འོག།

ཐ་ན་ལས་དོན་ཚང་མ་གཞན་དོན་སྒྲུབས།

ད་ནས་རང་དོན་ཁོ་ནས་མི་འདེལ་བར།

ན་སོ་ཆུང་དུས་མི་རིགས་འགན་འཁུར་དགོས།

པ་ཏའི་རི་མོ་ལྷ་བུའི་ཆེག་གླིལ་དགོས།

ཕ་མེས་སྟོལ་རྒྱན་བཟང་བོ་རྒྱན་འཛིན་དགོས།

བ་གྲུང་སྒྱུད་ལམ་མ་འདྲིས་ཀྱན་སྒྱུད་དགོས།

མ་ཡུམ་ནུ་རིན་ཏོན་དུ་ལེགས་སྐྱེས་དགོས།།

ཅའི་ལ་སྟགས་བོད་ཀྱི་གནས་ཆེན་དང་།

ཚ་གུང་སྟོལ་པའི་གངས་རིའི་ཕྱིང་བ་དག།

དེ་ལང་དྲག་པོའི་སྐུ་དམར་སྤྱིད་གཞུང་གིས།

མཐོའི་གཡོ་སྒྲུའི་བསྐྱེད་ཡང་ཡང་ཐེབས།།

ལྷ་བཞིན་བཀུར་འོས་སྒྲ་མའི་སྒྲ་འིན་གྱིས།།

ཟ་འབྱུང་ཡོངས་སྤྱོད་སྟོན་ལ་དཀར་ངལ་མེད།།

འ་ཅག་རང་དོན་ཁོ་ནར་མ་འབད་པར།།

ཡ་རབས་ལམ་ནས་བོད་ཀྱི་རྩོམ་སྐབས།

རྩ་ལྟར་གྱོང་བའི་རྒྱ་དམར་གདུག་རྩུབ་ལ།།

འཇམ་མེད་ཐུགས་རྒྱུད་ཀྱི་ལྷ་ལྟུང་།

ཤ་རུས་གཅིག་པའི་བོད་རིགས་སྤྱན་ཟླ་ནམས།

ས་ཆ་འདི་རུ་ཐུང་རུ་སྒྲོབ་ལ་རན།

ད་ཅང་སྙན་འདེབས་ཆེན་མོ་ལྟེན་མི་མངའ་ཡང་།

ཨ་མའི་རྒྱ་རིན་གསེ་ཕྱིར་འབད་པས་བྱིས།།

གངས་ཅན་པ། ནང་དོན་རིག་པ།

བདག་གི་ཞུ་བ་འདིར་གསོན་ཅིག།

འདིག་རྟེན་སྒྲུག་རུམ་ལ་ཉལ་སོང་།།

དབང་མེད་སངས་རྒྱུད་གིས་གཏོར་སོང་།

གྲོགས་པོ་རྒྱུ་རིང་དུ་བཞུད་པས།

ཞི་བ་བཏང་སྟོམས་སུ་མ་འདྲི།

སྐར་ཡང་འཛིག་རྟེན་གྱི་དོགས་སུ།
ཡར་དེའི་ཆོས་འགོ་ཞིག་བཅུགས་ཏེ།
མཚན་མེད་སྒྲག་ཆེན་དེ་བཅོས་པའི།
ཟླ་བའི་དཀྱིལ་འཁོར་རང་ཕེབས་ཤོག།

དགུན་གྱི་དུས་ཆོག་སྐར་དེ་བསྐྱར་ནས།
ཁྱུ་ལྟ་མཁྱིན་དབྱངས་དང་སྒྲན་དུ།
རབ་མཛེས་མེ་དོག་གིས་བརྒྱན་པའི།
དཔྱིད་ཀྱི་དུས་སྟོན་དེ་ཕེབས་ཤོག།

མི་འདོད་གྲུས་བྲལ་གྱི་ལོ་ཟླ།
སྐད་ཅིག་སྐད་ཅིག་གིས་ཐོགས་ནས།
སྙིང་ཉི་མོགས་པོ་ཡི་ཞལ་རས།
ལྷུང་མཇལ་ཡོང་བ་ཞིག་མཛོད་དང་།

བདག་གི་ཐོལ་མེད་ཀྱི་ལྷག་བསམ།
བརྟེ་བའི་གྲོགས་པོ་ལ་ལྷལ་ཡང་།
དུང་སྐད་མེད་ཀྱི་སྙིང་གཏམ།
སྙིང་གི་ཁྱུགས་པ་ན་ལུས་ཡོད།

རེ་སྟོན་མཁའ་དབྱིངས་སུ་བསྐྱུན་ཡོད།
ལྷགས་རྗེ་ཆུ་འཛིན་དུ་སྐྱར་དང་།
སྟོང་གྲོགས་ཆར་བ་ཡི་ལབ་རྒྱན།
སྙིང་གི་ཞིང་ས་ཅུ་སྟོལ་ཅིག།

མི་ལ་ལྷན་སྐྱེས་ཀྱི་བསམ་སྒྲུབ་ཐོབ་ཀྱིས་པ་ལྷགས་ཆེན་ཡོད་པ་འདི་ཆ་ཆང་བེད་སྟོད་ཡག་
པོ་བྱེད་ལུང་ལ་ཤེས་ཡོན་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན། སྟོབ་སྟོང་མེད་ན་ཅ་བའི་ལྷན་པ་སྐྱེས་དག་པོ་
ཡོད་ན་ཡང་བེད་སྟོད་ཡག་པོ་བྱེད་མི་ལུགས། དེས་ན་ཤེས་ཡོན་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།

ཡགོང་ས་མཚོག་གིས།

འབྲིང་སེམས་ལ་བརྒྱས་པའི་སྒྲུ།

ཡར་ཆབ་སྤྱུལ། རིག་གནས་ཀྱི་བ།

དམར་སེར་སྒྲོ་བའི་ཚོན་རིས་ཀྱིས་མཛེས་ཤིང་།
དགའ་དང་བདེ་བའི་རང་རྟགས་སུ་འཆང་བ།
བདག་དང་གཞན་གྱི་ཞེན་ཕྱགས་ཀྱི་ལྷ་ལོ།
དགྲ་སྒྲོན་དབྱིངས་ནས་ལྷ་ལྷ་དུ་མངོན་བྱུང་།

ལྷ་ལྷ་བ་དར་གོས་སྒྲ་མང་གིས་བསྐྱབས་ལ།
དགྲ་ན་འཕགས་པས་མི་གཙང་གི་དག་པ།
བརྟུལ་ཞུགས་འདྲིན་པ་རྟགས་རྟེན་དུ་འབྲེལ་བས།
འབྲིང་སེམས་རེ་ཞགས་དབང་མེད་དུ་ཐལ་སོང་།

ཡིད་བརྟན་འཕྲོག་པའི་མཛེས་སྒྲ་ག་གིས་ཁེངས་ཤིང་།
བརྟེན་གྲུང་མཚོན་བྱེད་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་ལྷ་ག་ལ།
ངོ་ཚ་བྲེལ་གྱི་རྒྱན་གོས་ཀྱིས་བཅིངས་པའི།
མཇལ་བ་དགོན་འདི་ངོ་མས་མེད་ཀྱི་ལྷ་ལོ།

འདྲིན་མའི་བྲོན་འདིར་གཟེ་དཔལ་གྱི་ལང་ཚོ།
ཉི་ཟླར་བརྒྱན་པའི་གདོང་སྒྲོ་བས་ཀྱིས་དབེན་རུང་།
དགའ་དང་ཞེན་པའི་དྲངས་གཙང་གི་བརྟེན་ཞགས།
བྲིད་ལ་བཅངས་སོ་ཡིད་འོང་གི་འཇལ་ཚོན།

གང་གི་ལྷེམ་ལྷེམ་སྒྲ་ལྷ་ལྷ་གྱི་སྒྲ་འབྲུལ།
བདག་གི་ཚོ་ཚོད་འབྲུལ་མེད་དུ་སྒྲེལ་ཞིང་།
གཤིས་ལྷགས་སྒྲོད་པས་གཞན་སེམས་དེ་འཕྲོག་དུས།
བདག་གི་སོར་མོས་བསྟོད་ཆེག་འགའ་ཐལ་སོང་།

འོན་ཀྱང་གནམ་སའི་སྐྱོ་མཚམས་ཀྱི་འོག་ན།
ཐོག་མེད་ཤིང་གི་ལས་དབང་དེ་བཙན་པས།
བསམ་བཞོས་མི་སྟོམ་འཁོར་བ་ཡི་གཤིས་ལ།
རྟག་ཏུ་འགྲོགས་འདོད་མི་ལམ་གྱི་རེ་སྟོན།

འཛིག་རྟེན་མེས་པོའི་བཀའ་བཞུགས་ཀྱི་རྒྱ་ལས།
ལས་དབང་ཁྲིམས་ཀྱི་ལྷགས་སྟོན་གནང་ཚུངས་ཀྱང་།
འཇམ་ཚེན་སྤྱད་ཏུ་ཡོད་ཀྱི་ཡི་ཙལ་སྒྲུགས།
འབྲས་བུར་མཛོན་པ་འབྱུར་མེད་ཀྱི་གདུང་བ།

གདུང་འཕྲོད་རང་སྤྱད་གང་ཤར།

དབུ་མ་བ་འཕྲིན་ལས། རིག་གནས་ལོ་གཉིས་པ།

འཛིག་རྟེན་ཀྱན་ལ་མེ་ཏོག་བཞུགས་ཆེ་ཁ་བའི་ཡུལ་གྱི་མཛེས་སྡེ་དང་སྒྲུབ།
དུས་བཞིར་ངེས་མེད་སྒྲུག་པས་བཟུང་བས་དབྱིད་ཀྱི་དཔལ་ཡོན་མོག་པོར་གྱུར།
རང་བྱུང་ཁམས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཀྱན་ལ་དུག་གི་རྩལ་རྒྱུད་ས་ལང་ལོང་འཕྱར།
ཁ་བའི་ཡུལ་སྡོང་ས་འཛིག་ལ་ཉེ་འོ་དེ་ནི་སྟོབ་པའི་དུས་ལ་བབས།

ཡ་རབས་དམ་པའི་ལམ་ཆེན་སྟེག་པ་ཁ་བ་ཙན་གྱི་མི་རིགས་གཅིག།
རྒྱ་ཆེ་གཏིང་ཟབ་སྤུ་མཐའ་བྲལ་བ་གངས་ཙན་བོད་ཀྱི་རིག་གཞུང་གཉིས།
རང་ལས་གཞན་གཅིས་བསམ་སྟོང་མངའ་བ་སྤང་བ་བོད་ཀྱི་གཤིས་སྟོན་གསུམ།
ད་ལྟའི་དུས་འདིར་འཛིག་ལ་ཉེ་འདུག་མི་མཛོན་དབྱིངས་ཀྱི་སྒྲ་ཆོགས་ལ།

ཚན་རིག་རྒྱས་པའི་མི་རིགས་གཞན་པས་སྒྲུབ་པའི་བྲིམ་གཞི་འཛོལ་ལ་བྲེལ།
རྣམ་རྟོག་ཚོད་པའི་རང་གི་མི་ཡིས་ལྟ་སྒྲུབས་གནས་བཅོལ་ལ་བྲེལ།
ཆོས་དང་ཆོས་མིན་དོན་ལ་སྒོངས་པའི་དགེ་སྤྱུག་མགོ་མཇུག་ཐོག་ལ་བྲེལ།
ལོ་ངོ་སྟོང་གི་རྒྱུ་ལུས་ཀྱང་སྦྱིད་སྤྱང་སྦྱུ་ལེན་ལ་བྲེལ།

མི་རིགས་དམར་པོའི་ཉམ་ཞེས་ནག་པོས་ཁ་བའི་བྱངས་བྲག་ཡང་ཡང་འབྱང་།
མཚོན་ཆ་རྩལ་མེད་གདུག་རྩལ་ནག་པོས་ཉམ་རྩལ་སྤྱོད་ལ་ཡང་ཡང་སྤྱོད།
བོད་མིའི་ལས་དབང་མཐའ་ལ་སྦྱང་ཡང་སྦྱོབ་པའི་ལྷ་ཞིག་མཐོང་མ་བྱུང་།
ཆག་འཛིག་འདི་ལས་སྦྱོབ་ལ་རན་ནོ་སྒྲུབས་གཅིག་གངས་ཅན་མགོན་པོས་མཁྱེན།

དམར་པོའི་ལྷགས་ཀྱི་ལྷ་གྲུབ་ངན་པས་གངས་རིའི་ཞིང་ཁམས་མོག་པོར་བཏང་།
ཉིང་ཞེ་མེད་གི་གཡོ་སྦྱུ་ནག་པོས་བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འབྲེག་པོར་བགྱིས།
རང་གི་མི་རིགས་སྟོང་ལ་ཉེ་འདུག་བོད་ཀྱི་མི་རབས་གསར་བའོ།
བོད་ཀྱི་ལས་དབང་ཡིད་ལ་བསམས་ནས་མདུན་སྦྱོང་སྦྱུ་དབྱངས་བྱགས་ཀྱིས་ལོངས།

ད་ལྟའི་བོད་མིའི་ལས་དབང་འདི་ནི་རྒྱུང་ནག་ཁྲིད་ཀྱི་མར་མེ་བཞིན།
གང་འགྲོ་འདིར་འགྲོ་རང་དབང་མེད་པ་བྱ་སྟོན་རྒྱུང་གིས་དེད་པ་བཞིན།
ཆོས་དང་རིག་གནས་ཐལ་བར་གཏོར་བ་སྟོན་མཇུག་སྟོང་ལོ་སེར་པོ་བཞིན།
ས་ཡ་དུག་གི་ལས་དབང་སྦྱོ་བོ་མནར་མེད་དཔྱལ་བའི་བྱ་ངན་བཞིན།

སྟིད་པའི་རྒྱན་གཅིག་གངས་ཅན་མགོན་པོ་ཐུག་ན་པུ་འཛིན་པའི་སྒྲི།
ཡན་ལག་དུག་རྩའི་གསུང་དབྱངས་མངའ་བའི་མེད་བསྐྱུ་བ་མེད་པའི་གསུང་།
གཡོ་མེད་རྟག་བརྟན་ཆོས་དབྱིངས་རྟོགས་པ་འགྲོ་ལ་བྱ་ལྟར་བརྟེ་བའི་བྱགས།
ད་ནི་སྦྱོབ་པའི་དུས་ལ་བབས་སོ་མི་མངོན་ཁམས་ཀྱི་ལྷ་ཆོགས་ཡ།

༥ བློ་སྦྱོང་གིས་རྩོམ་འབྲི་བ་ནི་སྤྱི་ལོ་དོན་དུ་ཡིན་པ་དང་། ལུལ་གང་ལ་
དམིགས་པ་ཡིན་པའི་གནད་དོན་དེར་ངེས་པར་དུ་བསམ་སྒྲོ་ཞིབ་མོ་གཏོང་དགོས།
གོར་ཨར་ཅིས།

ཕྱག་ན་བརྗེ་རྣམ་སྤྱུལ་སྤིང་གསུམ་གྱི་མགོན་པོས།
གསུང་གི་འོད་ཟེར་འགྲོ་བའི་བདུད་རྩི་བསྐྱེལ་བ།
ཤར་རྒྱལ་མི་ཡི་སེམས་ཀྱི་སྣང་བ་རྩ་ཡུར་བས།
འགྲོ་ཀླན་མྱ་ངན་མེད་པའི་ཁེངས་རྩ་བསྐྱར་སོང་།

གངས་ཅན་སྒྲ་མཚོག་མགོན་པའི་བྱ་གས་དགོངས་ཀྱི་དབྱིངས་སུ།
ཡུལ་གྱར་བོད་བྱ་ག་གངས་འི་འཛུགས་འཛིན་དུ་གཟིགས་ཏེ།
ཤེས་འགྲིམ་ཀྱི་འོད་ཀྱི་ཞིང་སུ་བཞུངས་པ།
ཁོ་པའི་དུམ་འཛིན་གྱི་འོད་ཀྱི་མཛེས་ལོ་མོ།

ཆ་རོང་བལ་བོ་རྒྱལ་བོའི་གདན་ས་ཡི་ཉེ་འདབས།
བྱ་རུང་ཁ་ཤོར་མཆོད་རྟེན་གཟི་དཔལ་གྱིས་བཞེངས་པ།
ངོ་མཆར་སྟོང་གིས་ལྷག་པའི་བླ་འོད་ཀྱི་གྱུར་ཁང་།
ཤེས་རིག་དཔལ་གྱིས་གདངས་པའི་རྒྱལ་རྒྱལ་གྱི་མཐོ་སྟོབ།

མུགས་བཞི་འདྲིན་མའི་ཁྱོན་ལ་ཁྱོན་ཤིང་གི་སྤང་བ།
 མེ་ཏོག་འདབ་མའི་དོམ་ལྷ་སྐར་གྱི་ལང་ཆོ།
 ཁུའུག་གསུང་སྐང་སྐང་མོ་ཆངས་སྤས་ཀྱི་རྩ་མོ།
 ཁོར་ཡུག་སྒྲུ་ཡི་ཁིང་ཁམས་རྩམ་རྒལ་གྱི་མཐོ་སྒྲིབ།

འབྲུ་སྒྲུབ་འབྲུད་ཀྱིས་ས་གཞིའི་ལང་ཚོ་ལ་རྒྱན་ཡོད།
མེ་ཏོག་ཐོང་བས་ཕྱོགས་ཀྱི་ཁོང་ཡུག་ལ་གདམས་ཡོད།
འདབ་ཆགས་གསུང་སྐད་དུ་མི་སེམས་གསོ་རུ་སྒྲིན་ཡོད།
མཐོ་རིས་གནས་ཀྱི་མ་ཡུམ་སྟོབས་བསྐྱེད་དེ་དྲན་མོང་།

གནས་ཀྱན་མཁྱེན་པའི་མཁས་དབང་ཚུ་གཏེར་གྱི་རྒྱབས་ཐེང་།།
སྒྲིག་བསམ་ལྷ་དཀར་ལོ་མ་སྒྲིག་སྒྲིག་ཏུ་འཕྱར་ཞིང་།།
བྱམས་སེམས་གངས་རི་དཀར་པོའི་རང་མདངས་ལ་འགྲན་པ།།
སྤྱི་ཡན་སེམས་ཀྱིས་ལྷག་པའི་སྒྲོབ་སྤྱི་དེ་དན་བྱང་།།

ཤེས་བྱའི་ནམ་འཕང་གཙོན་ལ་སྒྲིག་ཚོད་ཀྱི་གཤོག་ཅུལ།།
རབ་འབྱམས་གཞུང་བརྒྱ་སྤྱི་ལ་ཟླ་མེད་ཀྱི་སྒྲོན་པ།།
འགྲོ་ཀྱན་རྗེས་སུ་འཛིན་ལ་ཞུམ་མེད་ཀྱི་སྒྲོབས་པ།།
ཡོངས་སུ་རྒྱུགས་པའི་སྒྲོབ་དཔོན་དམ་པ་ནམས་དན་བྱང་།།

མ་ཡུམ་སྒྲོབ་སྤྱིང་དན་པའི་དྲུང་སེམས་ཀྱི་འཕོད་པ།།
མཁའ་དབྱིངས་སྤྱི་ག་རིས་མངོས་པའི་འོད་ཁྱིམ་ནས་འཕོས་ཏེ།།
དན་པའི་སེམས་པ་འདི་ཡི་ཕོ་ཉ་རུ་ཆས་ན།།
མ་ཡུམ་སྒྲོབ་སྤྱིང་བྱིད་ཀྱིས་གསན་པ་རང་ཨེ་བྱང་།།

དུས་ལ་བབ།

དཔལ་ལྷན་ཤེས་རབ། ནང་རིག

རིག་པའི་གནས་ཀྱན་གཟིགས་པའི་དན་དབང་གྱི།།
ཁ་བ་རི་བོས་བསྐྱར་བའི་ཞིང་ཁམས་ལ།།
ཚུ་སྤྱིན་དཀར་པོས་སྤྱང་ཆར་བསྐྱེལ་བ་བཞིན།།
ཤེས་བྱའི་ཆར་བ་འབབ་པའི་དུས་ལ་བབ།།

སྒྲོ་རིག་འདབ་མ་རྒྱས་པའི་གཞོན་ནུ་དག།།
ཆོན་ཅུལ་རིག་པའི་ཞིང་ཁམས་ཉུལ་བྱས་ཏེ།།
མདུན་སྒྲོད་དཔལ་ཡོན་ཡར་རྒྱས་དར་སྤེལ་དང་།།

གཞུང་འཕེལ་སྤྱོད་སྒྲུབ་པའི་བཞུགས་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་

མི་རབས་འདི་ནས་གསར་སྐྱེན་དུས་ལ་བབ།
ད་ལྟ་དོན་དངོས་རང་བཅོན་མེད་ན་ཡང་།
འབྲུང་འབྲུར་བཅིལ་ཐོངས་བདག་པོ་གངས་ལྷག་ཆོ།
གངས་ཅན་ཁྱད་མོར་རིག་གཞུང་སྤྱང་སྦྱོར་བྱ།
ཁ་བཤད་ལག་ཏུ་ལེན་པའི་དུས་ལ་བབ།

དེ་ཡང་འཛམ་གླིང་གནས་ལུགས་འཁོར་ལྷོགས་འདིར།
མཁུན་ཡངས་དུ་མས་དབྱེད་ཞིབ་གོ་སྐབས་ལ།
རང་དོན་འབའ་ཞིག་སྒྲུབ་པ་ཆེར་དོར་ནས།
རང་རེའི་བདེན་མཐའ་ཚོད་པའི་དུས་ལ་བབ།

ཆོས་ལུགས་གསར་རྟེན་པོན་གྱི་ཁྱད་པར་དང་།
ལུང་ཆན་ཆོལ་ཁ་འབྲེད་པའི་སྐབས་མིན་པས།
མི་རབས་གསར་རྟེན་མེད་པའི་མཐུན་འབྲེལ་གྱིས།
བོད་ཐོངས་གཅིག་ཏུ་སྒྲུབ་པའི་དུས་ལ་བབ།

གཞུང་འཕེལ་སྤྱོད་སྒྲུབ་པའི་བཞུགས་སྐབས་ཀྱི་འཕྲིན་ལྗོངས་

བྱམས་བསྟན། རིག་གནས་ཁ་པ།

ཀ་མད་སྐུམ་ཅུ་འབྲི་ལྷོག་ཤེས་ན་ཡང་།
ག་དུས་ཡིན་ཡང་སྐྱུ་ག་བསྐྱེད་ཅུ་ལོའི་རྒྱུ།
ཁ་ཅམ་མ་གཏོགས་དོན་དངོས་སྐྱུ་གས་པ་སྟེ།
ང་ཡི་ལས་སྐུལ་གང་ཡིན་གློག་ཏུ་གྱུར།

ཅ་ཅས་ཁེངས་པའི་འཛིག་རྟེན་འཁོར་བ་འདིར།
ཆ་མེད་རྒྱས་མེད་ཁེར་རྒྱང་དང་དུ་འགོ།
ང་མ་ཆང་མའི་ཁ་བཤད་གཏམ་དོན་ནམས།
ཉ་རྒྱང་རྒྱ་བལ་བདག་ལ་གློག་ཏུ་གྱུར།

དེ་ལའི་ལོ་མ་མེད་པོར་འགྱུར་བའི་སྐབས།
ཐ་མལ་བདག་གི་སྙིང་ཉི་ཡིད་ལ་འཁོར།
ད་དུང་འཛོལ་བའི་རྒྱུད་རིམ་བཤད་དགའ་བས།
ན་གཞོན་བདག་གི་ལས་དབང་སྒྲིག་དུ་གྱུར།

པ་སངས་རྒྱ་སྐར་ཚོགས་ལས་བྲལ་བ་བཞིན།
ཕ་མ་གཉིས་དང་བྲལ་བས་ཡིད་རེ་སྟོ།
བ་ལང་བརྟལ་ཞུགས་འདྲིན་པའི་ཁར་རྒྱུད་བདག།
མ་ལོ་དྲིན་ཅན་འཇལ་མིན་སྒྲིག་དུ་གྱུར།

ཅ་རི་གནས་ཀྱིས་བསྐྱོར་བའི་ས་འདྲིན་ངོགས།
ཆ་གདུང་མེ་ཡིས་བསྐྱེགས་ཀྱང་དགའ་བྱུང་གིས།
ད་ཉི་འདྲ་བའི་དམ་ཚེས་ཆེར་བཙོན་ཀྱང་།
མ་ལེར་ཡིད་ལ་འཆར་བ་སྒྲིག་དུ་གྱུར།

ཉ་མོ་སྟོད་བྱང་ཕུད་དེ་དྲར་སྒྲིག་འདྲིན།
ཐ་མ་དཀར་ཟས་ཁོ་ནར་ལོངས་སྟུང་དེ།
འ་བྱར་དཔེན་པའི་རི་ཁྲོད་འགྲིམས་ན་ཡང་།
ཡ་གི་ཐར་བ་ཐོབ་པ་སྒྲིག་དུ་གྱུར།

ར་ལུག་སྟོང་བའི་དྲིན་ཅན་གཉིན་ཉི་ནམས།
ལ་མོའི་ཕྱག་དུ་མཇལ་ན་བསམ་པ་ཡིས།
གསྐམ་རུས་ལ་བྱག་པར་འབད་ན་ཡང་།
ས་ཕྱོགས་གང་དུ་མཇལ་མིན་སྒྲིག་དུ་གྱུར།

ད་ཅང་ཐེག་སྐྱོར་ཉམས་པའི་ཚོམ་བྱང་འདི།
ཨ་མའི་གཅེས་ཕྱག་བདག་གི་སྟོན་གདམ་ལགས།
ད་ཤང་བདག་གིས་གོ་སྐབས་འདི་བཟུང་ནས།
ཨ་ལགས་ནམས་ཀྱི་འདྲིན་དུ་བཤམས་པར་སྟོ།

ཤོག་དཀར་གྱི་བཞི་སྒྲུབ་ལའི་སྒྲུབ་ཐོབ་སྒྲུབ།
སྒྲིག་གྲུབ་ཅན་གྱི་ཀླུང་ཆོས་བྱུང་བཞོད།
སྒྲིག་གྲུབ་མཛོད་དུ་འགྱུར་བའི་རིམ་མེད།
བདག་གི་ལག་པ་གོ་མས་ཕྱིར་བྲིས་པ་ལགས།

མཐོང་བ་དང་།

དག་དབང་བསྐྱེད་འཛིན། རིག་གནས་གསུམ་པ།

མཐོང་བྱུང་ངམ། མདང་རྒྱབ།
མ་བཤད་རོགས། སྒྲིམ་བྲིན།

ཤེས་རིག་བྱུང་བའི་མཐོང་བ་དུ་མས་བརྟེན་དུང་འཛོལ་བ་མཐོང་མ་སོང་།
ཞི་བདེ་རང་དབང་བདེ་སྦྱིད་ལ་སོགས་ཡར་རྒྱས་བྱུང་བ་མཐོང་མ་སོང་།
བཅན་འབྲོག་ལོག་གཡེམ་གདུག་རྩུབ་སྒྲུབ་ཆོགས་ནག་པོའི་བྱེད་ལས་མཐོང་མ་སོང་།
ཞི་མོལ་ཁོར་ཡུག་ཡག་དུ་བྱིན་པའི་སྦྱིད་ཀྱི་འོད་སྣང་མཐོང་མ་སོང་།

དབྱེན་དཀྱུགས་སྒྲིག་ཉར་བཅན་གྱིས་བྱེད་པའི་སྦྱིད་དོན་པ་རྣམས་མཐོང་མ་སོང་།
རྩ་རྒྱུ་གཤིང་བཅད་གད་སྒྲིགས་མང་པོའི་གད་དུ་བོར་བ་མཐོང་མ་སོང་།
དུ་ལྷན་དབུལ་པོངས་ལས་མེད་མང་པོ་གད་དུ་འབྱུངས་པ་མཐོང་མ་སོང་།
མི་བསད་ནོར་འབྲོག་བཅན་ཤིད་དེ་ཡང་དུས་རབས་འདི་ནས་མཐོང་མ་སོང་།

བཀའ་འཕེལ་སྤྱོད་འཕེལ་སྤྱོད་མ་སོང་།

དུས་ངན་སྒྲིགས་མ་བསྐྱེད་པས་མ་སོང་།
ང་རྒྱལ་ཆེ་བའི་སྦྱི་ཆོགས་མཐོང་མ་སོང་།
རང་དོན་བསམ་པའི་མི་རྣམས་མཐོང་མ་སོང་།

ས་འགྲུལ་བའི་ལུང།

གང་ཡང་མ་མཐོང་ནམ་ཡང་མཐོང་མ་སོང་།།

ནཏྲ་ས་པ་མ་སྤྱན་གྱི་དཀར་ངལ་རེད།

མཐོང་བ་རང་གི་འཕྲོ་བ་གཅིག་བྱ་རེད།

མཐོང་ཡང་གཞན་ལ་བཤད་པར་མི་བྱེད་དོ།།

ར་ཅུང་གི་རང་ལྟ།

བསམ་འགྲུབ། རིག་གནས་ཀ་བ།

མདོ་སྟོད་དཔའ་བོའི་འགྲན་བྲལ་དཔའ་རྩལ་གྱི་ག་ཞགས་དམར་བོའི་སྒྲུ་ལ་འཁྲུག།

དབུས་གཙང་མི་ཡི་བདེན་པའི་རང་སྐྱེས་འཛེམ་སྒྲིང་གི་སྒྲུབ་དཔང་བསྟུན།

གནག་སེམས་དྲག་གི་མཚོན་ཆ་ཐོག་པའི་རྒྱ་དཔྱད་སྤྱིར་ལ་བྱག་ཏུ་སྒྲིམ། །

ལྷ་བྱ་དཀར་པོས་གཤོག་རྒྱབས་བསྐྱར་བས་ནི་བདེའི་ཉི་མར་མཁའ་ལམ་བསྐྱར། །

ཆེལ་གསུམ་བོད་མིའི་བདེ་སྐྱིད་དཔལ་དུ་རང་དབང་བྱུང་ཉིད་སྐྱོང་བར། །

དགའ་བའི་དྲུང་སེམས་སྒྲིང་གི་རྩ་བརླངས་པའི་དབྱངས་སྒྲུབ་ཚུགས་བཅུར་བྱ། །

གཤམ་འཛིན་ལམ་ལུ་འཕྲུལ་

ཚོ་བཟང་དགེ་འདུན། ནང་རིག

རིགས་མཐུན་དཔའ་བོས་དཔའ་རྒྱལ་ངོམ་ཞིང་གངས་མེད་དཀར་མོས་ང་རོ་སྒྲོག།
རྒྱལ་ཞེན་དཔའ་སྐད་དགྲུང་དུ་འཕུར་བས་གངས་དཀར་ཉི་མེ་ཡོམ་ཡོམ་འགྲུལ།
རང་བཙན་དབྱངས་རྟ་སྒྲུ་བྱེད་ནས་མི་རིགས་བདེན་དོན་ཁྲག་གིས་བཙུང།
ལ་རྒྱའི་མོད་ཀྱི་གཤོག་ཙམ་ཕྱར་མོ་ཨ་རྩོན་མཐོན་པོའི་དབྱིངས་སུ་བསྒྱུར།

བདེན་པའི་དཔང་རྟགས་གསལ་བའི་རྒྱལ་ཁམས་མཚོན་ཆ་དག་པོས་དབང་དུ་བསྟུས།
གཡོ་ཁམ་ཆེ་བའི་སྒྲོའི་སྒྲོགས་དོ་ས་ཡ་དུག་གི་སྒྲིང་ལ་འཕངས།
བདེན་པའི་ལོ་རྒྱུས་འཁྲུག་པོར་བཅོས་པ་གོ་ལ་རྒྱལ་པོའི་ཁྲོན་དུ་བསྒྲགས།
རྩལ་གཏམ་བསྐྱེད་ཆེག་མཐོང་བའི་མོད་ལ་མིག་རྒྱའི་ཆར་གྱིས་འཛིན་མ་བརྟན།

ཡར་ལྷང་གཙང་པོ་ཁྲག་གིས་ལྷད་པའི་བཞུར་རྒྱུན་ལྷོ་མཐའི་རྒྱ་མཚོར་འབྲེས།
ཁྲག་དང་རྩལ་རྒྱས་བསྐྱུན་པའི་པས་འཛིགས་རུང་དག་པོའི་མཚོན་གྱིས་མནན།
བརྒྱུད་ཅིང་མཛེས་པའི་སྒྲ་ལའི་སྒྲན་ཁྲོངས་གཏོང་དམར་བའི་ཁྲག་གིས་གཡོགས།
ཞི་བདེའི་རྒྱ་མཚོ་མིག་རྒྱས་དགྲུགས་ནས་སྤྲུག་རོན་ཁྲུ་ཚོགས་རྒྱང་དུ་དེད།

ཁ་བས་བཟུབས་པའི་གངས་དཀར་ལྷ་མོ་སྒྲོ་བའི་མིག་རྒྱ་ཤམ་ཤམ་འབབ།
ཞི་བདེར་རོལ་བའི་རོལ་ཆོལ་གསུམ་སྤྲུན་ཟླ་སྤྲུག་པའི་སྒྲོ་རྒྱ་ལྷང་ལྷང་ལེན།
རྒྱང་ལ་སྤྲུགས་པའི་ཁྲུང་ཁྲུང་ཁྲུ་ཚོགས་སྤྱིང་བའི་གཤོག་འགྲུ་ལྷུ་ལྷུ་ལེན།
མདོར་ན་ཁ་བའི་འདབ་ལོ་རེ་ཡང་དངངས་པའི་སྤྱིང་ཅ་ལྷུ་ལྷུ་འདར།

ཞི་བདེའི་ལྷ་བྱ་མཐའ་རུ་བསྐྱེད་ནས་གཞིས་ལུས་སྒྲོག་རྩ་རྒྱང་ལ་གཏད།
བདེན་པའི་ཁྱི་མང་བཙན་དུ་བཙུག་ནས་དཔའ་མོན་རྩམ་ཤེས་ཐང་ལ་བཟུམས།
འགྲོ་བའི་ཐོབ་ཐང་དོག་རོལ་གཏོང་བཞིན་འཛམ་གླིང་ཁྲོན་ལ་དཔལ་འབར་བསྐྱེངས།
གཏོང་དམར་བདེན་དོན་ཕམ་པར་ཉེ་བས་སྒྲོ་བའི་རུ་དག་ཡང་ཡང་ཤོར།

གངས་རིའི་སྒོ་ད་བཅུད་རྒྱ་དམིག་བཏང་ཡང་ཅི་ནའི་སྒོ་བསྐྱོད་སང་སང་། །
གངས་རིའི་ལྷག་ལ་རི་སྒྲིང་ཤོར་ནས་བྱངས་ཅུག་ཐུང་བས་དམར་ཆིལ་ཆིལ། །
གངས་རིའི་སྒྲིན་གཞུག་སྒྲིག་འོག་དུ་རྟུང་རྟུང་སེར་བརྩོ་འགྲིལ་འགྲིལ། །
གངས་རིའི་བྱ་རྒྱ་གཞུག་བར་བརྒྱངས་བས་མི་བཟོད་ངལ་བ་སྒྲིད་དིག་དིག། །

ཀ་ཕྱིང་སེམས་ཀྱི་འཆར་སྒྲུང་།

གྲ་འཇམ་དབྱངས། ནང་རིག

ཀ་བ་བྱམ་པ་ཚོད་ལ་ཆེས་དགའ་བའི། །
ཁ་བ་ཅན་ནས་གྱར་བའི་བཅུན་པ་ཞིག། །
ག་ནས་བལྟས་ཀྱང་གྲོགས་མེད་ཁེར་རྒྱང་ཡིན། །
ང་རང་གཅིག་པོས་ཐར་བའི་ལམ་ལ་བརྩོན། །

ཅ་ཅ་མེད་པར་སྒོ་ཅི་གཅིག་དུ་སྒྲིམ། །
ཆ་ཤས་མེད་པར་ཐམས་ཅད་ཉམས་སུ་སྒྱུངས། །
ང་ཅམ་ལ་སོགས་བཅུད་རྒྱན་ཁ་ཟས་ལ། །
ཉ་ཉུང་མཉམ་བསྐྱེས་མེད་པར་རོལ་བཞིན་མ་ཆིས། །

ཏ་ལའི་སྒྲ་མའི་བཀའ་དྲིན་སྦྱིང་ལ་བཅངས། །
ཐ་མལ་མི་ལ་ཕན་པའི་བསམ་པ་སྒྲིམ། །
ད་ལྟ་སྒོ་གསུམ་དགེ་ལ་སྦྱོར་བའི་དུས། །
ན་སོ་ནས་དུས་བརྩོན་ན་འབྲས་བྱ་དགལ། །

པ་ར་མི་ཏའི་སྒྲང་དོར་བཀའ་སྒོ་བ་གནང་། །
ཕ་ལམ་ལག་དུ་འཁྱོར་རྩར་གཅེས་སུ་འཛིན། །
བསྐྱང་རྩ་བུའི་ཟས་ལ་མ་ཆགས་པར། །

གཞུང་འཁུར་གྱི་བཞུགས་པ།

མ་གུར་སེམས་ཅན་དོན་ལ་འབད་བཅོན་བྱེད། །

ཅ་རི་གནས་སྒོར་བསྐྱོར་རྒྱ་མ་བྱུང་ཡང་། །

ཆ་བའི་ཡུལ་ནས་ཆོས་ཀྱི་གྲ་བར་འགྲིམས། །

ཇ་རེ་རྩོ་རེ་ཁྱོང་དང་ཁྱོང་བྱིར་ནམས། །

མ་ལེར་ཡིད་ལ་འཆར་འདི་ཡལ་ན་བསམ། །

ཉ་ར་མིན་ཡང་གནས་ལུགས་མཐོང་བདགོན། །

ཐ་མ་ཐོས་ཀྱང་འདོད་པ་ཆོམས་པ་ཉུང་། །

འ་བྱར་ངང་ནས་མི་ཆོལ་གསལ་ཉེ། །

ཡ་རབས་མ་རབས་གང་ཡིན་ཆ་མ་འཆོལ། །

རྩ་ལྟར་ཁྱོང་བའི་བདག་གི་ནམ་ཤེས་འདི། །

ལ་དགུ་ལྷུང་དགུ་གང་སར་འབྱུངས་ནས་འགྲོ། །

ཤ་ཁྲག་ཟག་བཅས་ལྷུང་བོ་གནས་འདིར་ལུས། །

ས་མཐར་ལུས་སེམས་གཉིས་པོ་བྲལ་འདི་སྟོ། །

ད་ལམ་བགྲང་བྱ་ཉིར་བཞི་འདས་ན་ཡང་། །

ད་ཅང་སྤང་བ་སྦྱིད་པའི་བཅུན་པར་། །

ཨ་ཡིག་སྟོང་ཉིད་སྒོམ་རྒྱ་མར་བཞག་ནྟེ། །

ཨ་མའི་རྩ་རིན་འཕལ་རྒྱ་བསམ་དགོས་འདུག། །

.

ཕ རྩ་མ་རིག་ནི་སྤྱི་ཆོགས་འབྲུབ་སྟོན་གྱི་གཟུགས་བརྟན་གསོན་པོ་ཞིག་

ཡིན་ལ། དེས་མི་ནམས་ལ་སྦྱོར་བ་སྦྱིད་དང་བཟང་བོའི་བག་ཆགས་དེས་ཅན་ཞིག་འདོག་

དགོས་པ་དེ་རྩ་མ་རིག་གི་རེ་བ་ཉག་གཅིག་རེ།

བོད་ཀྱི་རྩ་མ་རིག་སྦྱོབ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐུ་བས་ཀྱི་དབྱངས་ཅན་

སྐུ་ལ་བའི་སྒྲིགས་བམ་དེབ་ཐེང་གཉིས་པ་ལས་བདུས།

མོ་རྒྱལ་གྱི་དུར་ཁྲོད་ལས་བཞུར་བའི་གཏམ་རྒྱུད།

གསེར་བསྟན་འཛིན། རིག་གནས་ག་བ།

དམར་པོ་འི་ལས་ཤི་བའི་རྒྱུ་དམར་ཆེད།
དེན་པའི་རྩ་ལ་བཟོད་མེད་ན་ཟུག་བསྐྱངས།
བདེན་དོན་ཁྲག་དྲི་འི་གཏམ་རྒྱུད་དེས།
མི་འདོད་ཁྲག་གིས་བྲིས་པའི་མོ་རྒྱལ་བསྟན།

ཤི་གསོན་བར་གྱི་མི་ལམ་རིང་མའི་ཁྲོད།
སྤྱིད་རྒྱ་ཁྲག་གིས་སྒྲགས་པའི་མོ་རྒྱལ་མང་།
ཆོལ་གསུམ་ལྷགས་ལོང་སྤྱོད་པའི་སྤྱིད་སྟོབས་ཀྱིས།
ལས་ཆོལ་ཁྲོད་མཁྲུགས་དམར་པོ་ཡོམ་ཡོམ་བསྐྱུལ།

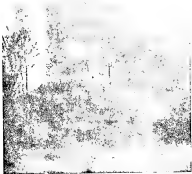
མིག་ཚུའི་རྒྱན་ཐག་འཁོར་བའི་གད་རྒྱུད་སྤོང་།
སྤྱིད་སྟོབས་ལྷགས་ལམ་མཁྲུགས་པའི་བརྟུལ་ཞུགས་ཀྱིས།
གདོད་དམར་པ་གཞིས་བསྐྱོད་པའི་འདྲེ་སྤིན་ལ།
སྤྱིད་དམར་བདོན་པའི་ཆོར་སྤང་ལན་བརྒྱུད་བྱིན།

ལོ་རྒྱའི་ནད་ཡམས་ས་ཆེན་ཁོག་ཏུ་ཞུགས།
བདེན་པའི་དཔལ་སྤྲོད་འི་ལུང་ཐང་ནས་མཆེད།
སྤྱང་ན་སྤྲོད་ཆེན་འཐིབས་པའི་དུར་ས་ནས།
ཆོ་དང་སྟོག་གི་རྒྱ་བ་ཐང་ལ་བདེབས།

ཇི་ལྟར་བྱས་ནས་ལྷུང་ཚུལ་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་ལམ།

ཐོག་མའི་སྐབས་དཀྱིངས་ཀྱི་འབྲུག་བཟུང་།

སའི་ལམ་ལོ་དང་འཇལ་བྱེད་ལོ་ཆས་ཐོག་ནི་ལྷ་སར་བསྐྱོད་པ།



དེ་ལྟར་བྱས་ནས་སྤྱད་ཚུལ་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་འཕེལ།

བཅོད་ནམས་བཟང་པོས་བསྐྱར། རིག་གནས་ཀྱི་པ།

སྤྱི་པོ་ཚང་མར་སྤྱད་གཏམ་རེ་བཤད་རྒྱུ་ཡོད། འོན་ཀྱང་སྤྱད་གཏམ་ལེགས་པོ་ཞིག་བྲི་དགོས་ན་དེར་
ཚང་དགོས་པའི་རྩ་དོན་ཁ་ཤས་ཤིག་ཡོད། དེས་ན་འདིར་སྤྱད་གཏམ་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་ཆེད་ཐབས་ལམ་འགའ་
ཞིག་བཀོད་ཡོད་ལ། ཐབས་ལམ་འདི་དག་དེ་འདྲའི་ཁག་པོ་མེད་པས་བྱིད་ཀྱིས་བརྩམས་སྤྱད་ཞིག་བྲིས་ནས་ཚོད་ལྟ་
ཐེངས་ཤིག་བྱོས་དང་།

གོ་རིམ།

བརྩམས་སྤྱད་ནང་དོན།

བརྩམས་སྤྱད་གང་ཞིག་བྲི་དགོས་དུང་ཐོག་མར་ཅིའི་ཕྱིར་འབྲི་བའི་སྒྲོར་ལ་བསམ་སྒོ་
གཏོང་དགོས། དེས་ན་རང་ཉིད་ཀྱིས་རྒྱུས་མཐུན་ཡོད་པའི་ནང་དོན་ཞིག་བརྩམས་ནས་ཅི་ཞིག་
བྲི་རྒྱུ་ཡིན་པ་ཐག་གཅད་དགོས། གལ་ཏེ་བྱིད་ཀྱིས་བྲི་བའི་ནང་དོན་བསམ་སྒོར་བཀོད་སྒྲིག་བྱུང་ན་དེ་
ལྟར་བྲི་དགོས་མིན་ནི་ཅུང་ལས་སྒྲུབ་པ་ཞིག་རེད།



བྱིད་ཀྱིས་གནད་དོན་གང་ཞིག་ལ་ཆ་རྒྱས་ཡོད་ཙམ་ལས་ཤེས་དོགས་གཏིང་ཟབ་པོ་མེད་ཆེ་ཞེས་འདྲུག་
བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་སྤྱི་པོ་ཐམས་ཅད་ལ་ཆ་རྒྱས་སྤྱད་ཀྱིས་བྲི་བའི་ནང་དོན་ཞིག་ལ་བྱུང་བཤད་ཀྱིས་
མཐོང་ཡོད། མ་མཐུང་ཡང་བྱིད་ཀྱིས་བརྩམས་སྤྱད་ནང་དོན་མཐོང་ཡོད་དེས་རེད། འོན་ཀྱང་དེ་ལྟར་
བྲིས་ནས་བྱུང་བཤད་ཀྱིས་བྲི་བའི་པེ་ཤེས་དོགས་སྤྱད་པ་མེད། དེར་བརྟེན་ཅི་སྤྱི་བརྩམས་
སྤྱད་ནང་གྲུ་གཟིངས་བྱུང་བཤད་ཀྱིས་བྲི་བའི་ནང་དོན་ཞིག་ཡོད་ཆེ། དེས་པར་དུ་བྱུང་བཤད་
བྱིད་སྤྱད་སྤྱད་ཐོག་ཉམས་ཞིབ་བྱུང་དགོས་ལ་འགྲུལ་སྤྱོད་བྱིད་སྤྱད་སྤྱད་དེའི་སྤྱི་རྩལ་མོགས་ལ་བརྟེན་
ཞིབ་བྱེད་དགོས། ལྟར་བྱུང་ན་གྲུ་བཞིག་ལ་འདིའི་སྒྲོར་བཅར་འདི་བྱུང་བ་ནི་ཉེན་ལེགས།



བྱིད་ཀྱིས་ཐོག་པ་པོ་སྤྱད་གང་ཞིག་གི་ཆེད་དུ་བརྩམས་སྤྱད་དེ་བྲི་རྒྱུ་ཡིན་པ་བཀོད་སྒྲིག་བྱེད་དགོས།
གཅིག་བྲིས་ན་བྱིད་ཀྱིས་སྤྱད་དེ་ན་གཞོན་ཆོད་ཆེད་དུ་འབྲི་བཞིན་ཡོད་དེས་ལ། གཞན་དུ་ན་བྱིད་ཀྱིས་
རྒྱུས་མཐུན་ཡོད་པའི་ས་ཆ་གཤམ་མོ་ཞིག་གི་མི་ཚོར་འབྲི་དེས་རེད། ཡང་ཚུལ་པ་པོ་རེ་བྱུང་གིས་རང་
ཉིད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འབྲི་བའང་ཡོད། གང་ལྟར་ཡང་ཐོག་པ་པོ་འདི་དང་འདི་འདྲའི་བཞིག་གི་ཆེད་དུ་བརྩམས་
སྤྱད་འདི་བྲི་རྒྱུ་ཡིན་སྤྱད་པའི་བཀོད་སྒྲིག་ཡོད་ན་དེས་རང་གི་བསམ་ཚུལ་ནམས་སྒྲོམ་གཞི་གཅིག་གི་
ནང་བསྐྱེད་པའི་གཞོགས་འདེགས་བྱེད་ཐུབ། རང་གིས་ཅིའི་ཕྱིར་བྲི་རྒྱུ་ཡིན་པའི་གནད་དོན་མཚན་ལ་
བརྩུང་བའི་ཐོག་བརྩམས་སྤྱད་ནང་རང་ཉིད་ཀྱི་མདོན་འདོད་བྲི་བྱུང་དགོས།

- ♥ དུས་རྒྱུན་འཆོ་བའི་ནང་དོ་སྣང་དང་ཡིད་འཛིན་མང་ཙམ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་བྱིས་ཀྱིས་སྤྱད་
 ཞིག་གི་རྒྱ་ཡིན་ཆེ་བྱིས་པ་ཆོར་སྤང་འཛིན་གང་མང་བྱེད་དགོས། ཁོང་ཆོའི་བྱེད་སྤངས་དང་ནམ་
 འགྱུར། ཆོར་བ་སོགས་དྲིགས་པར་བྱས་ནས་དེ་དང་འདྲ་བའི་མངོན་ཚུལ་ཞིག་བྱིས་ཀྱི་བརྩམས་སྤྱད་
 ནང་ཐོན་ཐབས་བྱེད་དགོས། ཡང་ན་དུས་རྒྱུན་གསར་འགྱུར་ལ་མང་ཙམ་ཉན་ལྟ་བྱེད་དགོས། སལ་
 ཆར་བྱིས་ཀྱིས་བྱི་འདོད་པའི་བརྩམས་སྤྱད་ཞིག་གི་རྒྱ་ཆ་ཞིག་ལས་སྤྱོད་ཤིང་ཤིག་དཔེར་ན། གཞན་ཡང་
 ཉིན་རེ་འཆོ་བ་འདྲ་མིན་གྱིས་བྱིས་ལ་བརྩམས་སྤྱད་ལེགས་པོ་ཞིག་འབྲི་སྟོ་སྟོ་བས་སྟོང་དཔེ་སོ།
- ♥ བྱིས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ནམས་བརྗེད་ཐོར་དགོད་དགོས།
- ♥ དུས་རྒྱུན་བརྗེད་ཐོར་གོད་སའི་དེབ་རྒྱུད་ཞིག་མཉམ་འབྲེས་བྱེད་དགོས། ཅི་སྟེ་བྱིས་རང་སྤྱི་སྤྱོད་རྒྱུད་ས་
 འཁོར་ནང་ཡོད་པའམ་བྱ་བ་གཉེར་ས་སོགས་གནས་གང་ཞིག་ཏུ་ཡོད་ཅུང་། གལ་ཏེ་སྤྱད་བའམ་གྲོ་བའི་
 གནད་དོན་རེ་བྱུང་ཆེ་བརྗེད་ཐོར་དགོད་བྱུང་ན་ཡན་ཐོགས་ཆེན་པོ་ཡོད། གཤམ་གསལ་གྱི་དོན་ཆན་
 ནམས་ནི་བྱིས་ཀྱིས་བརྩམས་སྤྱད་འབྲི་སྟོ་བས་གོ་རིམ་སྤྱི་གྲངས་ཀྱི་དོན་གནད་འགའ་ཞིག་ཡིན།

བརྩམས་སྤྱད་གི་བྱུང་རིམ།

དུས་ཆོད་ཅི་འདྲ་ཞིག་གི་སྐབས་སུ་བརྩམས་སྤྱད་ནང་གི་མི་སྣར་དོན་རྒྱུན་ནམ་རྒྱུན་དཔེ་ཅི་ཞིག་འཕྲད་རྒྱ་
 ཡིན་སྟོར་བཀོད་སྤྱི་གྲངས་དགོས།

འགོ་འཇུག་གས།

དཀྱུས་འཁལ་ལམ་རྒྱུན་དན་(ཡང་ན་གནས་ཚུལ་ལེགས་པའི་དོན་རྒྱུན།) གང་ཞིག་འཕྲད་པའི་སྟོར་བྱི་
 དགོས། བྱིས་ཀྱི་མི་སྣ་ཆོར་ཅི་ཞིག་དགོས་པ་དང་ཅི་ཞིག་མི་དགོས་པ་ཡིན། མི་སྣ་འི་བྱེད་སྤངས་གང་འདྲ་ཡོད་
 དམ། རྒྱ་རྒྱུན་ཅི་ཞིག་གིས་དཀྱུས་འཁལ་བཅོས་སམ།(དཔེར་ན། བཟའ་ཚང་ཁ་བྲལ་སོང་བ་དང་། བྱིས་པ་གསར་
 དུ་སྟོབ་གྱུར་འཇུག་ལུགས་བྱེད་པ། སྤྱད་འབྲས་ཕུལ་བྱུང་ཐོབ་པ་ལྟ་བུ།) ཡང་ན་བརྩམས་སྤྱད་གི་འགོ་བརྩམས་
 མཚམས་ནས་སྟོ་སྤྱད་ལྟར་པ་ཞིག་བྱིས་ཏེ་ཚྲོག་པ་པོས་སྤྱད་གང་སྟེ་ཚྲོག་མཚམས་འཛིན་མི་བྱུང་བར་བྱ་མཁུང་
 བསྐྱུག་དགོས་པ་ཞིག་བཅོ་དགོས།(དཔེར་ན་བརྩམས་སྤྱད་གི་དོན་རྒྱུན་རྒྱུ་ལྟར་། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་འགྲན་བསྡུར་ཆེན་
 མོ་ཞིག་ སྤང་ལམ་ཡོངས་འབྲུག་ཆ་དང་སྟོ་སྤྱད་གིས་ཁོངས་པ་ལྟ་བུ།)

བར་གྱི་གནས་ཚུལ། ཀྱི་འཕེལ་རིམ།

མི་སྣ་རིམ་པ་བཞིན་ཐོན་པ་དང་རྒྱན་རྒྱུན་དན་ཀྱི་དོན་རྒྱུན། འཕྲད་བརྩམས་སྤྱད་དེར་ཁག་དང་རྒྱུར་བྱ་
 རྒྱུ་ལྟ་སྤྱི་གྲངས་དགོས། ཀྱི་འཕེལ་རིམ། བྱིས་པ་ཅོང་བ། མེ་ཤོར་བ། དགྲུང་ཟས་བཟའ་སའི་གནས་འཆོལ་བ།
 བརྗེད་ལ་བར་ཆད་བྱུང་བ་ལྟ་བུ། ལྟ་མཁུང་ནས་རྒྱུད་རིམ་འགྲོ་བུ་འཇུག་དགོས།

དོན་རྒྱུ་གྱི་དཀའ་ཚུགས་ཆེ་ཤོས། ཁྱེད་ཀྱི་མཚན་པར། ༡

♥ གནས་སྐབས་འདི་ནི་དོན་རྒྱུ་གྱི་རྩ་བ་ཅིང་དཀའ་ཚུགས་ཆེ་ཤོས་ཡིན། བྱིས་ཀྱིས་སྤྱད་གི་མགོ་ལམ་
བར་དུ་བཞག་སྒྲིག་བྱས་ཡོད་པའི་མི་སྣ་སྤྱད་པའི་(དོན་རྒྱུ་)དེར་གཞི་བཟུང་བའི་དུས་ལ་སྤྱད་
ཡོད། (དཔེར་ན། མི་སྣ་གཙོ་བོས་བྱད་མེད་གཞན་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་ཆང་ས་སྒྲིག་པ། ཐོག་མཐའ་གསལ་པ་ཞིག་
དང་དཀའ་ཐོག་སྤྱད་པ། རང་གི་ཆེས་དཀའ་སའི་མི་ཞིག་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ།)

མཐུག་འབྲེལ་

ཚོད་རྩིས་ཞི་འབྲེལ་བྱུང་ཞིང་སྤྱད་ནང་གི་མི་སྣ་ཅི་ཞིག་འདོད་པ་དེ་ཐོབ་པ་ལས། ཡང་ན་མི་སྣ་
བསམ་དོན་དེ་བཞིན་མི་འབྲེལ་པ་གང་ཡིན་མེད་དགོས་ལ། གནས་སྤྱད་པའི་བྱུང་སྤྱད་ནང་གི་མི་སྣ་འགྲུལ་བ་
ཅི་ཞིག་བྱུང་བ་དང་སྤྱད་པ་ཅི་ཞིག་ཐོབ་པ་བྱིད་དགོས། ༡ དཔེར་ན། བྱིས་མཆོས་གཉིས་འཆམ་མཐུན་དང་
གནས་སྤྱད་པ་བྱུང་། ༡ ཅང་བཅུ་བ་ཟེང་པའི་ཐོག་མཐའ་བཟང་པོ་ཞིག་དུ་གྱུར་བ། ཡང་ན་ཡུན་རིང་རེ་སྤྱད་པས་
པའི་རེ་བ་དེ་སྤྱད་པ་ལྟ་བུ།)

བྱིས་ཟླ་པའི་བཅའ་སྤྱད་དེ་མགོ་ནས་ལེགས་པོར་བསྐྱོད་པ་དེ་བྱུང་བའི་ཆེས་མཐོང་བྱུང་དགོས།

བྱིས་ཀྱིས་སྤྱད་པ་འདོད་པའི་མི་ཞིག་ལ་རང་གིས་བྱིས་པའི་བཅའ་སྤྱད་དེ་ཐོག་དུ་འཐུག་དགོས་པ་
མ་ཟད། ཡག་པོ་ཅི་ཡིན་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཡང་འདོན་དུ་འཐུག་དགོས། ཁོས་བསམ་ཚུལ་དང་པོར་བཞག་ཆུང་རེ་
སྤྱད་པའི་ཆེས་མཐོང་བྱུང་བའི་བྱུང་དེར་གཞི་བཟུང་བའི་ཆེས་མཐོང་བྱུང་པ་མ་ཟད། རྩིས་ལྟར་
མང་དག་ཅིག་འདོན་ནས་མཉམ་སྤྱད་པ་ཆག་པར་བསྐྱོད་པའི་བྱུང་དགོས། རང་གི་ནམ་དུ་གཅིག་པུར་ལྷ་
ཚུགས་དང་མཁུགས་བཟུང་བྱས་ནས་མ་བཟུང་པར། གཞན་གྱི་བསམ་ཚུལ་ཉན་ཆུ་ནི་ཅང་གི་གལ་ཆེན་པོ་ཡིན།
དེ་ལྟར་ན་བྱིས་ཀྱི་ཐོག་པ་པོར་དང་པོར་བསམ་ཚུལ་གནད་ལ་ཁེལ་བ་འདོན་ཆུང་རེ་བྱུང་དགོས།

ཐབས་ལམ།

- ♥ སྤྱད་དེ་བཞག་མ་བཅུ་མོང་སྤྱད་དེ་བཞག་པ་ལྟ་བུ་བྱུང་དགོས། འཛམ་གླིང་ནང་ཡོད་པའི་ཚོམ་
པ་པོ་འདྲ་མིན་གྱི་དཔེ་དེ་བཞག་པས་དེ་དག་ལས་སྤྱོད་ཡོང་བ་བྱུང་དགོས།
- ♥ བཅའ་སྤྱད་ནང་གི་མི་སྣ་ཡང་ནས་ཡང་དུ་བསམ་སྤྱོད་གཏོང་དགོས། ཁོང་ཚོ་སྤྱོད་པ་ཡིན་པ་དང་།
དེ་ལྟ་བུ་ཞིག་ཡོད་པ། དགོས་དོན་གང་ཡིན་པ། ཁོང་ཚོ་ཅི་ཞིག་ལ་འདིགས་སྤྱད་སྤྱོད་པ་
སོགས་ལ་མཚོ་བསམ་ལེགས་པོ་གཏོང་དགོས། གཞན་ཡང་ས་གནས་དང་དུས་ཚོད་བཞག་སྤྱད་པས་
སྤྱོད་པ་པོ་དང་མེད་དུ་འགྲུབ་པ། མི་དང་སྤྱོད་པས་ཀྱི་དུས། མི་དང་ལས་དབང་གི་དུས་སོགས་ལ་
གནས་སྤྱད་པ་ཅི་ཞིག་འཐུང་ཆུ་ཡིན་པར་བསམ་སྤྱོད་ནས་ཟུག་གཏོང་དགོས། དེ་དག་གིས་སྤྱད་པ་གཏམ་
གསལ་ཉམས་དོད་པོ་བཟོ་བྱུང་།

ཁྱེད་ཀྱི་བཅའ་སྤྱོད་ནང་གི་མི་སྡེ་གཙོ་བོ་དེ་དེ་གི་ཕྱི་ལོ་བཞུགས་ཀྱི་ཞེ་གཤམ་ཆེ་ཤོས་ཡིན། ཁྱེས་པ་ཞིག་གིས་བཤད་མི་ཤེས་པའི་སྐད་ཆ་ཞིག་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་བཤད་དུ་བཅུག་ན་དེ་ནི་མི་འོས་པ་ཞིག་ཡིན། ཁྱེད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ངོ་ཤེས་པ་ལྟར་སྒྲུང་གི་མི་སྡེ་ཡང་དེ་གྲུབ་འོ་གསལ་པོ་ཞིག་ཤེས་དགོས། སྤྱོད་ནང་གི་མི་སྡེ་དེ་རང་ཉིད་ཡིན་པ་ལྟར་བྱས་ནས་བྱ་འགུལ་མཐའ་དག་ལ་བསམ་བཞིགས་བྱེད་དགོས།

ཁྱེད་ཀྱིས་མི་གཞན་གྱི་ཚོམ་བཟླགས་སྐབས་ཁོའི་ཚོམ་གཤིས་ཀྱིས་རང་གི་བསམ་སྒྲོམ་དེ་མུར་འགྱུར་བ་བཏང་ན་དཔེ་དེ་བཅང་པོ་མ་བཟླག་ན་ལེགས། རང་ཉིད་ལ་རྒྱུས་མང་འཕེལ་གསལ་པོ་ཡོད་པའི་དཔེ་དེ་བ་དག་གདམ་གསེས་བྱས་ཏེ། དེ་ཆོའི་ནང་ཚོམ་པ་པོས་མི་སྡེ་བཞེད་ས་སྒྲུན་དེ་ལྟར་བྱས་པ་དང་། ཁོར་ཡུག་དེ་ལྟར་འབྲི་བ། ཏུས་ཚད་དང་མཐུན་པའི་དམིགས་ཡུལ་དེ་ལྟར་སྒྲུབ་པ་སོགས་ལ་དོ་སྣང་མང་ཅོམ་བྱེད་དགོས།

ཡང་ནས་བསྐྱར་དུ་བཅོས་སྒྲིག་བྱས་ཏེ་དག་ཆ་དང་ཏུས་གསུམ། བརྒྱུད་སོགས་ཀྱི་འགྲོ་སྤངས་ལ་རྟོག་བཅོས་གང་ལེགས་བྱེས། གཞན་ཡང་ངེས་པར་དུ་སེམས་ལ་བཞག་དགོས་པ་ཞིག་ལ་མི་སྡེའི་བྱ་འགུལ་བྱེད་སྤངས་དང་རང་གིས་ཅི་ཞིག་བྱས་ཡོད་པ་གཉིས་མཚུངས་ཡོད་མེད་བཤད་དགོས། ཁྱེད་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་ཅིག་ནས་ཁོར་ཡུག་གཞན་ཞིག་ལ་དོ་ལ་གྱིས་བཟུགས་ཏེ། རྒྱ་འཕུལ་སྒྲོན་པ་འཇགས་ཀྱིས་ཚུལ་ཞིག་སྒོ་བྱར་དུ་བོར་བཟུག་སོང་བ་ལྟར་ཡལ་ཡོད་མེད་ཐོག་མཚོ་བསམ་གཏོང་དགོས།

ཁྱེད་ཀྱིས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་བཞིན་པའི་ཆོག་ལ་བསམ་གཞིགས་བྱས་ཏེ། ཆོག་རན་པོ་ཞིག་བེད་སྤྱོད་ནས་དེས་དོན་ཟབ་ཤོས་དང་རྒྱས་པ་ཆེ་ཤོས་ཐོན་བྱུང་པར་འབད་བཅོན་བྱོས།

སྤྱོད་གཏམ་ཐུང་བུའི་རིགས་འབྲི་སྐབས་སྐད་ཆ་འདྲ་བུ་ཅོམ་བཤད་དགོས་པ་དང་། མི་སྡེ་བྱེ་བྲག་པ་རེར་སྐད་ཆ་ཤོད་སྤངས་དང་གདངས་བྱེ་བྲག་པ་རེ་བྱིས་ཏེ་སྐད་ཆའི་ཤོད་སྤངས་ཀྱི་ནམ་འགྱུར་ནས་མི་སྡེ་སུ་ཞིག་ཡིན་མིན་ངོས་བཟུང་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས།

མི་ནམས་ཀྱིས་ཏུས་རྒྱན་སྐད་ཆ་ཤོད་སྐབས་ཆོག་གྱུབ་ཆ་ཆང་ཞིག་བཤད་ཀྱི་མེད། དཔེར་ན་ལན་འདེབས་བྱེད་སྐབས་རེད་རེད་''''''། ཟེར་བ་དང་ ཡལ་''''''། ལྟ་བུ་མང་པོ་བེད་སྤྱོད་ཀྱི་ཡོད་པས་བཅའ་སྤྱོད་ནང་བར་བར་དུ་སྐད་ཆ་ཤོད་སྤངས་འདི་འདྲ་བྱེད་དགོས།

ཡང་ཁྱེད་ཀྱིས་བཅའ་སྤྱོད་ཞིག་འབྲི་བཞིན་པའི་སྐབས་སྤྱོད་དེའི་ཁ་ཕྱོགས་བཟུགས་པ་འཇམ། གང་དུ་འཁྱེད་དགོས་མིན་མ་ཤེས་ཆོག་ཤེས་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དག་བེད་སྤྱོད་བྱོས།

རང་གི་སེམས་ནང་གང་དུན་ཆད་ཐམས་ཅད་ཡིག་ཐོག་དུ་ཡབ་དང་མཚམས་ཤིག་ནས་བང་རིམ་ཞིག་ཐོན་ངེས་ཡིན། དེ་ཏུས་ཁྱེད་ཀྱིས་གོ་རིམ་བསྐྱར་སྒྲིག་དང་སྒྲོན་འཕྲི་སྒྲོར་འདོག་བྱས་ཆོག་བར་གསེང་བཞག་ཏེ་ཕྱི་རོལ་ལ་འབྲམས་ཅོམ་བྱེད་པའམ་རོལ་དབྱངས་སྒྲན་མོ་རེ་ཉིན། ཡང་ན་ཏུས་རྒྱན་འགྲོ་སྤྱོད་མེད་པའི་གནས་ལ་ལྟ་སྒྲོར་ཞིག་བྱས་ཏེ་ཕྱིར་བྲིས་དུ་སྒྲིབས་ཆེས་བསྐྱར་དུ་འབྲི་འགོ་གཟུག་དགོས།

གནཱའི་བཞད་སྒྲུ།

- ♥ གཅིག་བྱས་ནས་བྱིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱིས་རང་ཉིད་སྒྲུག་ལ་སྒྲུབ་བའང་ཡིན་ཟིན། བྱིད་ཀྱིས་འབྲི་བཞིན་པའི་ཁོར་ཡུག་དེ་ངེས་པར་དུ་དགོས་ངེས་ཅན་ཞིག་རེད་དམ། མི་སྣའི་གཡོ་འགུལ་བྱེད་སྒྲུབ་སེམས་དེ་བྱིད་ཀྱིས་བསམ་པ་ལྟར་རེད་འདྲི་ག་གམ། བསམ་སྒྲོ་ལྟོད་ཙམ་བཏང་ན་ཕལ་ཆེར་ལམ་ཞིག་རེག་ངེས་རེད།

ཉེན་བད།

- ♥ ལུ་ཚུགས་ཤུགས་ཆེན་ཀྱིས་ཚོམ་འབྲི་མི་རུང་། བསམ་གཞིགས་དང་སྒྲོ་སྒྲུབ་ཡོང་བར་ཡང་གོ་སྐབས་མང་ཙམ་སྒྲོད་དགོས།
- ♥ ཅི་ལྟེ་བྱིད་ཀྱིས་ས་ཁམས་རིག་པའི་སྒྲོར་ལ་ཚོམ་ཞིག་འབྲི་བཞིན་མེད་ན་ཁོར་ཡུག་ཏུ་ཅད་ཞིབ་འབྲི་མང་མི་རུང་། དེས་ཚོམ་མཐུག་བསྐྱེལ་བར་དགའ་འཛིན་ལ་བཟོ་ངེས།
- ♥ བཙམས་སྒྲུབ་འབྲི་སྐབས་མི་སྣ་མང་ཆེ་བ་རང་གི་ཆ་རྒྱས་ཡོད་པའི་ཕ་མ་སྐུན་མཆོད་དང་དགའ་ཉེ་སྟོ་དགར་ཆོ་ཡིན་པས། བཙམས་སྒྲུབ་ནང་ཁོང་ཆོ་ཁྲོག་ཕྱོགས་ཀྱི་མི་སྣར་བཞེངས་སྐུན་བྱས་ན་ཕྱིས་སུ་རང་ཉིད་མི་དགའ་བ་ཡོང་ཟིན་པས། འདིའི་ཐད་ལ་འདྲ་བསམ་གཞིགས་བྱེད་དགོས།
- ♥ ཚོམ་པ་པོ་བྱེད་འདོད་གང་ཞིག་ལ་གྲུབ་འབྲས་མི་ཐོན་པའང་ཏུ་ཅད་མང་པོ་ཡོད་པས། ཅི་ལྟེ་བྱིད་ལ་ཡང་དེ་འདྲའི་གནས་ཚུལ་རེ་བྱུང་ཆེ་སེམས་ཤུགས་ཡི་ནས་ཆག་མི་རུང་ངོ་།

སྒྲུབ་བཅོམ་གསལ་བཤད། གོང་གི་བཙམས་སྒྲུབ་འབྲི་སྒྲུབ་ཀྱི་ཐབས་ལམ་དེ་གཙོ་བོ་རྒྱབ་ཕྱོགས་ཚོམ་པ་པོ་ཆོས་ཁེད་སྒྲོད་བྱེད་ཀྱིན་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན། རིག་གཞུང་དང་གོམས་གཤིས་སོགས་ཀྱིས་གར་རྒྱབ་ཀྱི་ཚོམ་པ་པོའི་ཚོམ་གཤིས་མི་འདྲ་བ་མ་ཟད། དེའི་མཆོན་ཐབས་ཀྱི་སྒྲུ་རྒྱལ་ཡང་མི་འདྲ་བ་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཚོམ་རིག་ལ་གཞན་དྲིང་མི་འཛོག་པའི་མི་ཞིག་ཡིན་ཆོ། ཕྱོགས་གང་ས་ནས་ལེགས་ཆ་ཕྱོགས་བསྐྱས་བྱ་རྒྱ་ཡོད་ན་གོང་གི་ཐབས་ལམ་འདིས་ཀྱང་བྱིད་ལ་བསམ་སྒྲོའི་རྒྱགས་ཕྱེ་རྒྱུར་བྱུང་ཞིག་སྒྲོད་ངེས་ཡིན། དེ་བས་ཚོམ་རིག་ལ་སྟོ་ཁ་རྒྱས་པའི་ཚོམ་པ་པོ་ཞིག་ཡིན་ཆོ། རང་མི་རིགས་ཀྱི་ཚོམ་རིག་གི་བང་མཛོད་སྒྲར་བས་ལུན་སུ་མ་ཐེ་ཆོགས་སུ་གདོང་རྒྱ་ནི་མ་བཤད་ཀྱང་གོ་དགོས་པའི་གནད་ཅིག་ཡིན་པར་སེམས་སོ།

ཞི་བདེ་འདོད་ན་བྱམས་བཙུགས་སྒྲོད་རེ་སྒྲོད་དགོས།།

དམ་མཐུན་འདོད་ན་རང་ཤེད་སྒྲོད་རེ་སྒྲོད་དགོས།།

ཡར་རྒྱས་དགོས་ན་དུར་བཙོན་མཉམ་རུབ་དགོས།།

གཞན་ཕན་སྒྲུབ་པར་རང་གཅེས་རྒྱབ་བསྐྱར་དགོས།།

ཆུན་དམ་པ་སྒྲོ་བ་བཟང་རྒྱ་མཚོ་མཚོག་ནས།

ཐོག་མའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་འགྲུལ་བཞུང་།

ཚུམ་པ་པོ། མ་ཞེས།

བསྟན་འཛིན་ཆོས་འཕེལ་གྱིས་བསྩུང་། རིག་གནས་ཀ་བ།

གུས་པའི་མཁའ་དབྱིངས་ཀྱི་འགྲུལ་བཞུང་ཐོག་མར་པ་ལགས་ཀྱི་ནད་གཞི་ཕྱི་མོ་ཡོད་པའི་གནས་ཚུལ་
ཐོས་མ་ཐག་ལམ་སེང་ནད་དུ་འགྲོ་དགོས་བྱུང་། ངའི་གནས་བྱ་ཐོན་དུས་ནི་དགོང་དོ་ཕྱི་ཚམ་ཡིན་པས་ངས་གནས་
ཐང་དུ་ཐོན་པའི་སྒྲ་གོན་བྱེད་བཞིན་ཡོད། མ་ཟད་གུས་པའི་གྲོགས་པོ་ཆོས་གྲུས་ཁའི་བདུང་བ་བྲལ་གྲིག་ཀྱང་། ཁོང་
ཆོས་གུས་པར་སླི་རག་ (alcohol) འཐུང་དུ་བཅུག་ བསམ་སྒོ་ཞིག་གཏོང་སྐབས་ང་རང་དང་ངས་སྒྲག་
ཐོག་འགྲུལ་བཞུང་བྱེད་དགོས་སྒྲུབས་སླི་རག་འཐུང་རྒྱར་ཆོད་འཛིན་བྱས་པ་ཡིན། དེ་དུང་ངས་གྲོགས་པོ་ཆོར་
སྒྲུལ་མ་ཞིག་བྱེད་རྒྱ་བྱུང་། (ཁྱོད་ཆོ་རྒྱན་དུ་མཉམ་ཆོགས་བྱས་ཏེ་ཆོད་མེད་ཀྱི་བདུང་བར་རོལ་ནས་འདུག་རྒྱ་
མེད། སྐབས་རེ་འཐུང་དགོས་བྱུང་ཆོ་མཚམས་དང་ཆོད་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས་) ཅེས་ལབ་པས་གྲོགས་པོས་(ཐུགས་
ཁལ་མ་གནད་ཀྱི་)

གནས་ཐོག་སྒྲོད་མཁའ་ཀྱི་འགྲུལ་བཞུང་པ་ཏ་ཅང་མང་བས་སྒྲོ་སྤང་བས་འགྲུལ་པ་ཆོར་ལུས་བཞེར་
གཏོང་བཞིན་རེ་མོས་བཞིན་ནད་དུ་འཕྱུང་། གུས་པ་བང་རིམ་མཐའ་མར་ལུས་པས་སྒྲག་ཡུན་ཤིན་དུ་རིང་། ཕྱན་ནི་
སྒྲག་ཡུན་རིང་བའི་ཁར་སེམས་ནད་ནམ་རྟོག་གིས་བསྒྲུལ་ནས་སེམས་ཁལ་ཏ་ཅང་ཆེན་པོ་བྱུང་། པ་ལགས་ཀྱི་སྤྱང་
གཞི་དང་གནས་བྱ་འཛིག་སྒྲུལ་རིང་ལུགས་པས་བཅན་ཁྲིད་བྱེད་དོགས། ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་སེམས་ནད་དང་གཅན་
གཙུང་གི་མདུན་ལམ། རང་ཉིད་ཀྱི་མི་ཆེད་ཁ་ཕྱོགས་སོགས་ཀྱི་སེམས་ཁལ་ལང་ལོང་དུ་འཕྱུར། དེ་མཚམས་ངས་
གནས་ཐང་ནད་ལོག་ནས་གནས་བྱའི་ཕྱོགས་སུ་ཉུ་སྐབས་གོང་གི་སེམས་ཁལ་དག་སྒྲོ་བྱུང་དུ་བརྒྱགས་ཏེ་གནད་དོན་
གཞན་ཞིག་གི་སྤྱང་དུ་དང་ངས་སྒྲག་དང་སེམས་འཆབ་སྒྲུལ། གནས་བྱ་བཅན་ཁྲིད་དང་བརྟུན་སྒྲོན་ཤོར་བ་སོགས་ཀྱི་
སྒྲོར་གསར་ཤོག་དང་བརྟན་འཕྲིན་ཐོག་ཡང་ཡང་མཐོང་རྒྱ་ཡོད་སྐབས་གུས་པའི་སེམས་པར་བག་ཆགས་བྱགས་
ཆེན་ཞིག་བཞག་འདུག གལ་ཏེ་ད་རེས་བདེ་ཐང་དང་འགྲུལ་བཞུང་བྱེད་བྱེད་པ་བྱུང་ཆོ་ཕྱན་གྱི་བསོད་ནམས་ཡིན་
བསམ་པའི་ཆོར་སྤང་སྒྲུལ། འོན་ཀྱང་དེ་ཁག་པོ་ཡིན་པས་རང་གི་ལག་ཟུང་གིས་རང་ཉིད་འཆི་བར་ངེས་པའི་སྒྲ་
མདོག་ཅན་གྱི་འགྲམ་པར་དགའ་བ་ཅེད་ཀྱི་ནམ་འགྱུར་གྱི་ཐོག་བྱེད་ཅམ་བྱས། དེ་རྗེས་ངས་ཉེ་འགྲམ་དུ་ཡོད་པའི་
འགྲུལ་བཞུང་པ་ཆོར་ཉུ་སྐབས་དེ་ཆོད་ནམ་འགྱུར་ནི་ཏ་ཅང་ཐང་ཆད་པ་འདྲ་པོ་ཞིག་འདུག འོན་ཀྱང་འཕྲོར་པ་ཅན་
གྱི་མི་སྤྱ་དེ་དག་མཐོང་དུས་ངའི་སེམས་པར་བྱགས་པའི་ནམ་རྟོག་ནམས་དཔེ་ལོར་ཞི། དེ་ནས་གུས་པས་ཁོ་མོ་

མཐོང་བ་དང་། ཁོ་མོའི་ནུས་འགྱུར་ནི་དྲན་མེད་ཆུ་སྟོག་བརྒྱུགས་པ་ལྟ་བུ་ཞིག་འདུག་ཀྱང་མཛེས་སྟུག་ལྡན་པའི་
སྒྲིམ་གཟུགས་འབྲེངས་པོར་ལངས་འདུག ཁོང་གི་ཞལ་རས་ནི་བརྒྱད་གཉིས་ལང་ཆོའི་མཛེས་སྟུག་གིས་ཡོངས་
སྟུག་ཅིང་། རྒྱབ་ཤ་རྒྱ་སྟུག་བརྒྱབ་པའི་དེབ་ཅིག་མོ་རང་གི་བྲང་ངོས་སུ་བརྒྱབ་བའའི་མིག་གི་ལམ་འཕྲང་ནས་
ཐོན། མཛེས་སྟུག་མཆར་དུ་མངར་བའི་ཁོ་མོའི་སྒྲིག་ཉམས་ནི་སྟུམ་ཅེན་བུ་མོས་འགྲན་པར་མི་རྒྱས་ཤིང་། འཇུ་མ་
མདངས་དང་མཛེས་ཉམས་ནི་ཁོ་མོ་ཡིན་ལ། ཁོ་མོ་ནི་འཇུ་མ་མདངས་དང་མཛེས་ཉམས་ཀྱི་རང་བཞིན་ཞིག་རེད་
འདུག ལྷབས་མ་ལེགས་པར་ཁོ་མོ་པ་ལགས་དང་མཉམ་དུ་འབྲུལ་བཞུད་བྱེད་པ་ཞན་རེད་འདུག་པས། ཐུན་ལ་
ཉེབ་པའི་སྤང་བ་ཞིག་སྒྲིམ་སུ་བཅུག རྒྱ་མཆན་ནི་གྲས་པ་མཛེས་མ་སྟུ་ཞིག་ལ་བྱུག་ཀྱང་ཁོ་མོའི་པ་ལགས་དང་
མཉམ་དུ་ཡོད་པ་ཤ་སྟག་རེད། འོན་ཀྱང་ཁོ་མོས་རང་ཉིད་ཀྱི་པ་དང་རྒྱང་ཐག་ཐུན་བྱ་བཞག་ནས་བསྐྱོད་སོང་བས་
གྲས་པའི་སེམས་སྟོང་ཙམ་ཆགས། ལྷབས་དེར་ཐེངས་དང་པོར་གནཱ་གྱུར་སྟོན་པའི་ཞེད་སྤང་དང་དངངས་སྒྲག་
ཆར་མ་དེ་མ་ཐག་དུ་ཡལ་སོང་ལ། ཁོ་མོའི་ལག་རྒྱང་གིས་དམ་པོར་འཇུས་པའི་དེབ་དེའི་ཁ་བྲང་ལ་སྟོག་ལྟ་ཞིག་
བྱེད་དགོས་བསམ་ནས་འབྲུལ་བཞུད་པ་ཁ་ཤས་བརྒྱད་དེ་ཁོ་མོའི་འགྲམ་དུ་ཕྱིན། ང་འབྲུལ་བཞུད་པ་གཞན་དང་
མཉམ་དུ་གནཱ་གྱུའི་སྒྲིམ་འདྲིལ་སྤྱིང་དུ་འདྲིལ་སྒྲབས་སྤྱིར་མོར་ཕྱི་བཞུས་ཤིག་བྱས་པས་ཁོ་མོའི་ལག་དུ་ཡོད་པའི་
དེབ་དེའི་ཁ་བྲང་མཐོང་། (The moor's last sigh)

གྲས་པས་དབྱུགས་རིང་དང་བཅས་རང་ཉིད་ལ་འདི་ལྟར་བཤད། (ཡག་པོ་ཞེ་དག་རེད་..... གཞོན་ནུ་
མ་དེ་འདྲའི་མཆར་བ་..... བྱེད་ཀྱིས་དུས་ནམ་ཡང་གཞན་ཞིག་གིས་སྟོ་ཐག་ཉེ་བའི་ཐོག་སེམས་འཁྱུར་བྱེད་པ་ཐོས་མི་
བྱུབ་) ཅེས་ལམ། ང་རང་གནཱ་གྱུར་མ་འཇུ་ལ་གོང་སེམས་ནང་ཡོད་པའི་ཞེད་སྤང་དང་དངངས་སྒྲགས།
དོགས་པ་ནམ་ཉིག་ཡོད་ཆད་ཕྱི་ལོ་དུ་གཡུག གལ་ཏེ་མཛེས་སྟུག་ལྡན་པའི་གཞོན་ནུ་མཉེས་ཡོན་གྱིས་རབ་དུ་
སྟུག་པ་ཁོ་མོ་ལྟ་བུ་གནཱ་གྱུ་འདིར་འཆི་བྱུབ་ཀྱི་ཡོད་ན། གང་ཡང་མེད་པའི་འབྲུམ་པོང་ལྟ་བུ་འཆི་ལོས་བྱུབ། དེ་
ནས་ཐུན་རང་ཉིད་ཀྱི་རྒྱབ་སྟེགས་ཐོག་འབྱོར་སྒྲབས་ཁོ་མོར་ལྟ་མཆོམས་བཞག འོན་ཀྱང་དྲན་འདྲིན་དུ་ཁོ་མོ་འཆར་
གྱིན་ཡོད་དམ།

གྲས་པའི་རྒྱབ་སྟེགས་ནི་ལོ་སྟུམ་ཅུ་ཙམ་སྒྲིབས་པའི་རྩེད་གྲལ་ལི་(Bengali)མི་གཉིས་ཀྱི་
བར་མཆོམས་སྟུ་ཁེལ་འདུག ངས་ཆོད་དཔག་བྱེད་སྒྲབས་མི་དེ་གཉིས་ཆོང་པ་ཆེན་པོ་དེ་འདྲ་རེད་འདུག ཁོང་
གཉིས་བྲེལ་ཚུབ་ངང་གཞན་ལ་སྟོན་འཇུགས་དང་ལའང་ར་བྱེད་ཀྱིན་འདུག་པ་དང་། གནཱ་གྱུའི་ནང་གི་ཆ་རྒྱུན་ཐོག་
སྟོན་འཇུགས་མང་པོ་བྱས་སོང་། རྒྱ་མཆན་ནི་གནཱ་གཤིས་ཡག་པོ་མེད་པས་གནཱ་གྱུ་རྒྱ་ཆོད་བྱེད་ཙམ་ཕྱིར་
བཤོལ་བྱས་འདུག རྩེད་གྲལ་ལི་དེ་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲབས་རེར་རྩེད་གྲལ་ལི་ཐོག་སྒྲད་ཆ་བཤད་པ་ལས་ཕལ་ཆེ་བ་
དཔྱིན་སྒྲད་རྒྱག་བཞིན་འདུག འོན་ཀྱང་། ཉན་མཁན་གྱི་རྩ་བར་ལ་མཆན་པོ་གོ་བཞིན་འདུག་པས་སྒྲད་ཆའི་སྒྲ་
གདངས་ཀྱིས་ཉེབ་སྤང་ཆེར་མི་འདུག ཁོང་གཉིས་འདྲམ་སྤྱིང་ཐེད་སྟུ་ཆོགས་པའི་ཆོགས་གཙོ་དང་ཆོགས་གཞོན་
གཉིས་བཟོ་སྒྲིང་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པའི་ནམ་པ་འདུག ཡང་ངའི་མདུན་སྟོགས་ཀྱི་རྒྱབ་སྟེགས་སྤྱིང་གཞོན་པ་ཞིག་གིས་
གནཱ་གྱུའི་ཞབས་ཞུ་བ་བྱེད་མེད་ཅིག་ལ་ཆགས་ཉམས་དང་སྒྲགས་ཟས་རིག་མང་པོ་མངགས་ཉེ་བྱས་སོང་། དུས་
ཡུན་སྐར་མ་ལྟ་ཙམ་གྱི་རྩེས་སུ་ཁོའི་ཟས་རིག་ནམས་རྩོགས་འདུག་པས་ཡང་སྐར་ཞབས་ཞུ་བར་རྒྱ་མངགས་ཉེ་བྱས་

ནས་ཚུ་མང་པོ་ཞིག་ལུ་ཚུགས་ཀྱིས་བསྐྱད་མར་བདུང་། འདྲ་པ་ཅན་གྱི་མི་དེས་ཚོད་མེད་ཀྱིས་བཟུང་བདུང་བྱས་
པས་སྒོ་བར་དགའ་ངལ་འཕྲད་ངེས་རེད་བསམ་བྱུང་། སྐབས་དེར་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་གསུམ་པའི་སྒོ་དོར་འཆར་
བཞི་འདི་ལྟར་ཉེ། རང་ཉིད་ལ་དུས་ཚོད་མེད་ཆོ། རང་ཉིད་ཀྱི་འདྲོད་པར་གཉེན་པོ་བསྟན་ནས་ཚོད་འཛིན་བྱེད་
དགོས་པ་གསལ་པོ་ཤིས་སོང་། གལ་ཏེ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་མི་བྱུང་ཆོ། རང་ཉིད་དུས་ཚོད་ཀྱི་སྒྲིན་དུ་འབྲོད་དགོས་
པ་མ་ཟད་རང་གི་ཉེ་འཁོར་དུ་ཡོད་པའི་དངོས་པོ་ཡོད་དོ་ཅིག་གི་སྒྲིན་དུ་འབྲོད་དགོས་པའི་འདྲོད་པ་སྐྱབས་ཀྱི་ཡོད།
དེ་སྐབས་ཆོ་རང་ཉིད་སྐྱག་རྩལ་ཅན་གྱི་དོ་པོར་འགྱུར་བྱུང་ངེས་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་སྐྱག་རྩལ་ཅན་གྱི་ཁྱོད་གཉེར་
སྟོན་སའི་རང་ཉིད་ཀྱི་ཉེ་འགམ་དུ་ཡོད་པའི་འགྲུལ་བཞུད་པ་དང་གནམ་གྲུའི་ཞབས་ཞུ་བ་ཡིན། གལ་ཏེ་མི་དེ་ལ་
འདྲོད་ཆགས་སྐྱེ་སའི་དངོས་པོ་ཞིག་བྱུང་ཆོ་བདེ་སྐགས་དུ་དུས་ཚོད་བྱུང་བྱུང་དེའི་ནང་ལག་དུ་འཛིན་རྒྱའི་འདྲོད་པ་
བྱེད་ངེས་རེད།

སྐར་ཡང་ངའི་བྲན་འཛིན་དུ་འདི་ལྟར་འཆར། བདག་ཉིད་ཆེན་པོ་གླུ་རྟེན་སྐྱེས་བཟང་པོའི་རང་བཞིན་སྟོད་
པོ་དང་ཆོག་ཤིས། དན་པའི་རང་བཞིན་འདྲོད་རྩམས་དང་བེལ་ཚུབ་ཅེས་གསུངས་ཡོད་པ་བྲན་ལ། བྲོགས་
མཚུངས་མི་རབས་རྒྱུད་པ་ཚོ་ནི་མི་རབས་གསར་པ་ལས་ལྷག་པར་འབྱེད་རྒྱ་ལངས་པ་ལོས་ཡོད་འདུག
སྒོ་བར་དུ་པ་ལགས་སྐར་བ་འཆར་བྱུང་། པ་ལགས་ཀྱིས་ཕྱན་ལ་ག་དུས་ཡིན་ནའང་ར་ཤིའི་ཡའི་ (Russian
writer solzhenitsyn) ཙོ་མ་པ་པོ་ཞིག་དང་འདྲ་བར་འགྲུལ་བཞུད་ནི་ལྷགས་ལམ་ཐོག་འབྲོད་དགོས་པའི་
བཀའ་སློབ་གསུང་གི་ཡོད། འགྲུལ་བཞུད་ལྷགས་ལམ་ཐོག་བྱས་ཆོ་འཇམ་སྒྲིང་གི་ས་ཆ་མི་འདྲ་བ་མང་པོ་མཐོང་བ་
མ་ཟད་རང་ཉིད་མཐོང་རྒྱ་ལང་ཆེ་དུ་འབྲོག་གི་རེད་ཅེས་གསུངས། གལ་ཏེ་གནམ་ཐོག་དུ་ཕྱིན་ཆོ་སྒྲིན་པ་ཁོ་ན་ལས་
གཞན་གང་ཡང་མཐོང་མི་བྱུང་ལ། གནམ་ཐོག་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་དུས་ཚོད་འཕྲོ་རྒྱག་འབྲོ་མི་སྟེ། འོན་ཀྱང་ང་ཚོ་དུས་
ཚོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་འཆོ་བ་རེད་དམ། ཡང་ན་འཇམ་སྒྲིང་ནང་འཆོ་སྟོད་ཀྱི་ཆེད་དུ་ཡིན་ནམ་? འཇམ་སྒྲིང་ཡིན་སྟེད་
ཀྱང་། འོན་ཏེ་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་པའི་དུས་ཚོད་ཀྱང་རྟེད་པར་དགའ། དེ་རྒྱུས་གསུམ་པ་གནམ་གྲུ་ནས་མར་ཐོན་པས་
ཀོ་ལ་ཀོ་ཏ་ཡི་གནམ་གཤིས་ནི་ཏ་ཅང་བཞུང་ཆོ་ཆེ་བས་གཟུགས་པོ་ཡོངས་རྒྱུས་རྩལ་ཆུས་བརྟན། དེ་རྒྱུས་ངས་
རྩལ་གཏོང་རྒྱུངས་འཁོར་ཞིག་སྐྱབས་ནས་ཤར་རེ་སྒྲན་ཁང་དུ་བསྐྱོད་པས་ཨ་མ་ལགས་ཀྱི་ཞལ་རས་མཐོང་མ་ཐག་
ངའི་སེམས་ནང་། ཐེངས་དང་པོར་གནམ་གྲུར་སྐྱོད་པའི་ཞེད་སྡང་དང་དངངས་སྐྱེག་ཡོད་དོ་ཅིག་མེད་པར་གྱུར་དོ།

བློ་བཟོས་གཙང་གི་ཕུ་གྲུ་ནམས་དང་འབྲོགས་དགོས། ངས་ཁོ་ཆོ་ལ་མི་
གཙང་བ་བཟོ་མི་ཉན། དེ་བས་ཐོག་མར་ང་རང་གི་ཀྱན་སྒྲོང་དགའ་པོ་བཟོ་དགོས། འདི་
ནི་གལ་ཆེན་ཡིན། ངས་ཕྱི་ནང་གི་སྐྱོད་ལམ་ཆང་མ་གཟུབ་དགོས། ང་ནི་སྐྱོབ་ཕྱག་ཆོའི་
མིག་དཔེ་ལྟ་ས་ཡིན།

ཐོད་ཀྱི་ཚོ་མ་རིག་སྒོ་བ་དཔོན་ཆེན་མོ་ཆབ་བྲག་ལྷ་མོ་སྐུབས་ཀྱི་དབུངས་ཅང་།
སྐུ་ལ་བའི་སྐྱིགས་བམ་དེ་བ་སྟེང་གསུམ་པ་ལས་བདུས།

56

ཡོད་པས། ཁོང་གཉིས་བརྒྱུ་པའི་རྣམ་པ་ལ་དོགས་པ་མི་ཟ་བའི་ཞིག་ཡིན། དེ་བཞིན་ཁོང་གཉིས་ལྷ་སར་འབྱུལ་བཞུད་བྱེད་དོན་ནི་གནས་མཛུ་དང་རྟ་ཆོང་བྱ་ཆེད་ཡིན་མདོག་གིས་ལམ་དུ་ཆས།

བལ་བོད་གཉིས་ཀྱི་མཐའ་སྤྱད་སར་ཁོང་གཉིས་སྡོག་བཞེར་ཐོག་མར་བྱས་པ་དང་། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་གསང་ཐབས་ཅི་ཡོད་ཀྱིས་སྤྲོས་སྤྱོད་བྱས་པའི་བརྟགས་དབྱེད་ཡོ་ཆས་རྣམས་འདུག་སའི་སྤྲོས་རྒྱུ་གཉིས་དང་། དོལ་བོ་ཆང་མ་སྡོག་བཞེར་བྱས་པས་སྒོ་འཆབ་སྦྱེས། འོན་ཀྱང་། Montgomerie ཡི་ལག་ཤེས་བཞོ་བ་ཆོས་ཐབས་བཀོད་འཐེན་པ་ཆེས་ལེགས་པས་འདྲེད་ཡོ་ཆས་ཁག་དང་ལག་ཆ་གཞན་རྣམས་ཀྱི་གསང་ཐབས་ཉོག་ས་མ་ཐུབ་པར་ལུས། བལ་བོད་ཀྱིས་མཆོམས་དེར་ལམ་ཁྲལ་སྤྲད་རྒྱུ་ལ་Nain་དང་Mani Singh་གཉིས་སྡོ་སྡོན་ཐང་བརྒྱུད་བོད་ཀྱི་མཐའ་སྤྱད་ཕྱོགས་སུ་བསྐྱོད་པའི་ཆོག་མཆན་ཐོབ། བོད་ཀྱི་མཐའ་སྤྱད་སར་ཡང་བསྐྱར་གསང་ཐབས་ཀྱིས་སྤྲོས་པའི་ཡོ་ཆས་བརྟགས་སྡོད་རྣམས་ཅི་ཡིན་དོ་མཤེས་མོད། མཐའ་སྤྱད་ལས་བྱེད་ཆོ་ཡོ་ཆས་བརྟགས་སྡོད་དག་ལ་དོགས་པ་ཆོས་ཉི་གནད་དོན་འདི་ས་གནས་ཀྱི་འགོ་གཙོ་ལ་ཡར་ཁྱབ་དུ་གོས་པའི་བཀའ་བཏང་། འོན་ཀྱང་སྤབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་གཉིས་ས་གནས་འགོ་གཙོ་སར་འགྲོ་དགོས་མ་བྱུང་། རྒྱ་མཆན་ནི་ཕྱིས་སུ་ཤེས་རྟོགས་བྱུང་བ་ལྟར་ན་ས་གནས་འགོ་གཙོ་དེས་གོང་བཤེས་འདི་དང་ཁ་ཐག་དེ་ཙམ་མི་རིང་བའི་མཐའ་སྤྱད་བ་སྡོན་མའི་སར་Mani Singh་མཐོང་ཐོང་བ་དོ་ཐག་ཆོད་པས་ཡིན་པ་རེད།

འོན་ཀྱང་བཅུ་ཉི་ཉེ་གཉིས་སྒོ་འཆབ་བྱ་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ས་གནས་འགོ་གཙོ་དེས་ཁོང་གཉིས་བོད་དུ་བསྐྱོད་པའི་ཆོག་མཆན་མ་སྤྲད་པ་དང་། ས་གནས་འགོ་གཙོ་དེས་ཁོང་གཉིས་བོད་ལ་ཡོང་སྤངས་དང་ཡོང་དོན་གྱི་རྒྱ་མཆན་ལ་འདོད་པ་ཁེངས་མ་སོང་ཞེས་འཕྲིན་བྱུང་ཞིག་བསྐྱར་འདུག གཅིག་ནས་Bisahari་ཆོ་རྟེན་ཆོང་བྱེད་པར་བོད་ལ་ཡོང་བའི་ལོ་རྒྱུ་དུས་དང་མི་མཐུན་པ་དང་། གཉིས་ནས་ཁོང་གཉིས་ཡོང་སའི་ལམ་བུ་དེ་མི་ཆོ་ཆོང་དོན་དུ་ཡོང་སའི་ལམ་ཁ་དང་ཀྱན་ནས་མི་མཐུན་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་དང་། དེ་དུང་དེའི་འདོད་པ་ལམ་དུ་སྤོང་མ་བརྟག་པའི་ཁར་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་མགོ་ལ་ཁྲལ་གཞལ་ཐབས་མེད་པ་ཞིག་སྤྲད་དགོས་པའི་བཀའ་ཙམ་པ་དང་། ཅི་བྱ་གཏོ་ལ་ཐལ་གྱིས་Kathmandu་ལ་ཕྱིར་མི་ལོག་ཀ་མེད་བྱུང་། དེ་ལྟར་ན་འདྲ་སྤབས་ལེགས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་གཉིས་འདུ་བཟུང་མ་བྱས།

བལ་ཡུལ་ཀྲལ་ས་རུ་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་བསྐྱར་དུ་འགྲོ་ལམ་ཅུད་གཙོད་བྱེད་འགོ་བརྟགས་པ་དང་། མཐར་བོད་དུ་འགྲོ་ཅིས་ཡོད་པའི་ཆོང་བ་སྒྲོར་གཉིས་ལ་ཐུག་སྡེ་ཁོང་གཉིས་མཉམ་དུ་འཁྲིད་རྒྱུ་འོས་མཐུན་བྱས། སྤབས་དེར་ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་Montgomerie་ལ་གྲེས་ཐུག་ཐུལ་ནས་སྤོང་བཞི་འགོར་གྱིན་ཡོད་པ་དང་ཁོང་གཉིས་དེ་དུང་བལ་ཡུལ་ལས་བརྒྱལ་མ་ཐུབ་པར་ལུས་ཡོད། ཁོང་གཉིས་ལས་གཅིག་དེས་པར་དུ་བོད་ལ་འགྲོ་ཐབས་ཀྱི་གོ་སྤབས་ཐུན་ཕྱིར་ཁོར་དང་གཉིས་སོ་སོར་ཆོང་བ་སྡེ་ཁག་མི་འདྲ་བར་དང་མཉམ་དུ་འགྲོ་འཆར་འཐེན་མོད། སྡོ་བུར་དུ་ Mani Singh་མཉམ་དུ་འཁྲིད་རྒྱུར་ཁས་ལེན་བྱེད་མཁན་ཆོང་བ་སྡེ་ཁག་དེའི་འགོ་གཙོའི་སྡོ་ཁ་འགྱུར་ཉེ་ཁ་ཁྲིད། དེ་ལྟར་ཡང་ཁོང་Nain་འཁྲིད་མཁན་གྱི་ཆོང་ཁག་ནང་མཉམ་ཞུགས་བྱ་མི་སྲིད་དེ་Nain་འཁྲིད་མཁན་ཆོང་ཁག་དེ་སྤྱོད་ཁོང་གཉིས་ཕྱིར་སྤྲོད་བྱེད་སའི་ས་གནས་བརྒྱུད་འགྲོ་གནད་འཁེལ་ཡོད་པ་དང་དེ་རུ་ས་གནས་ལས་བྱེད་པ་ཆོས་ཁོང་དོ་ཤེས་གྱིན་ཡོད་པས་ཡིན། Nain་ཡང་ཁོང་གཉིས་ཕྱིར་སྤྲོད་བྱེད་

མཁན་ལས་བྱེད་པ་ཚོས་དོ་ཐག་ཚད་སྤྱད་པའི་ཉེན་ཁ་ཆེ་ཡོད། ཉེན་ཁ་དེ་རིགས་ལ་མ་ཞུས་པར་གོ་སྐབས་ཤིག་འཛིན་
ཐབས་ཀྱི་སྒོ་ཐག་བཅད་ནས། ཁོ་རང་རལ་བཅོག་པའི་ལ་དྲགས་ཤིག་གི་ཆས་ལྷགས་སུ་བརྟུས་ཏེ་འགོ་རྒྱུ་བྱས།

སྤྱི་ལོ་བས་ཞུས་པའི་Nainཀྱི་རོགས་པ་དེས་ལམ་ཐག་བསྐྱོར་ནས་རྩལ་ཕྱོགས་ཀྱི་ལམ་བུ་ཞིག་བརྒྱུད་
དེ་འགོ་ཐབས་བྱས་ཡོད། ཡང་བསྐྱར་ཁོང་པོ་དེ་དུ་བསྐྱོད་རྒྱུའི་ལམ་སྤོང་མ་བྱུང་བས་མཐར་Dehra Dunཕྱིར་
མི་སྡོག་ཀ་མེད་བྱུང་། པམ་ཏི་ཏེ་དེས་ཁོང་གི་བྱ་བ་ཞིག་ལེགས་འགྲུབ་མ་བྱུང་བའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཁོ་རང་གི་གཟུགས་
གཞི་བདེ་ཐང་མིན་པ་དང་བསྟོད་ལམ་ཉན་ཆབ་ཆེ་བས་ཡིན་པར་བརྟེན་ཡོད་ན་ཡང་། སྒོ་ཕམ་བྱུང་བའི་
Montgomerieཡིས་གཞུང་འབྲེལ་སྤྱན་ཐོའི་ནང་ཁོ་རང་གིས་ཚད་སེམས་འགྱུར་མེད་ཀྱིས་འབད་པ་རྒྱུར་ལེན་
བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པར་བརྟེན་ཡོད།

དངོས་དོན་དུ་དེ་འདྲ་ཞིག་ཡིན་མིན་ལ་མ་ཞུས་པར་Mani Singh ལས་ལོན་གཞོན་པའི་Nainཀི་
ཚོད་སེམས་བཅན་པོ་ཅན་ཞིག་ཡིན་པ་དང་གིས་དོགས་བྱབ་སྟེ་ Nainཀྱིས་རང་ཉིད་ཐུལ་ཞིབ་བྱེད་མཁན་
ཀྱན་གྱི་ནང་ནས་སྒོ་ཐག་ཚད་ལ་ནམ་དུས་དེ་ཚོད་པའི་ཁྱད་ཆོས་བྱན་མིན་ལྟར་མཁན་འགན་ལྔ་བུའ་བ་ཞིག་ཡིན་པའི་
བདེན་དཔང་བྱ་འདོད་ཡོད། འགོ་མཇུག་བར་གསུམ་གྱི་རྒྱུད་རིམ་ཆ་ཚད་དུ་ཁོང་མི་ཀྱན་ཡིད་སྤོན་འཆོར་སའི་ཁྱད་
ཆོས་ལྟན་ཡོད་དེ། ཁོང་ཚོར་འགྲུལ་སྟེ་ཆོན་སུ་ཞིག་ནང་དུ་ཞུགས་ཀྱང་ཆོང་མ་དག་འཕྲོས་ཆེན་པོས་དང་སྟེ་ལེན་ཞུ་
ས་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལྟར་ཁོང་གིས་བལ་ཡུལ་གྱི་ཚོང་ཁག་དེའི་འགོ་གཙའི་སྐབས་རོགས་ལ་བརྟེན་ཏེ་སྤྱི་དོར་དུ་
མཐའ་སྤྱད་བ་ཡོད་ནས་ནས་བདེ་ལེགས་དང་ཐར་ཐབས་བྱས། དེ་དུས་ཁོང་Dehra Dunདང་བལ་ཏེ་ལྔ་བ་བརྒྱུད་
ཙམ་འགོར་ཡོད། ཁོང་ཆ་ལྷགས་གསར་བ་ཞིག་ཏུ་བརྟུས་པ་དེས་མཐའ་སྤྱད་བ་ཆོ་མགོ་སྤོངས་སུ་བཅུག་ཏེ་གསང་
མཐིལ་བརྟོན་ལ་མ་བྱུབ་པར་ལུས།

སྐབས་དེར་བལ་པོའི་ཚོང་འགྲུལ་པ་དེ་ཚོ་ཁོང་གི་རེ་འདུན་ལས་ཐོག་ཏེ་རྩལ་ཕྱོགས་སུ་མ་ཕམ་གཡུ་
མཚོ་ལ་ཕྱོགས་ཏེ་སོང་བས། ཁོས་ནད་མནར་གྱིས་འགོ་མི་བྱུབ་ཁུལ་བྱས་ཏེ་ཁོང་ཚོ་སྤོན་ལ་འགོ་བཅུག་ འོན་ཀྱང་
། དེའི་སྤོན་དུ་ཁོའི་མཐོང་སར་འགྲུལ་བཞུད་ཁོང་གི་འགོ་རོགས་གསུམ་དང་ཤུགས་ཆེ་བའི་གཙང་པོ་བཟུལ་
སྐབས། ཀོ་བྲུ་ཁ་ལོ་བསྐྱོར་ཏེ་རྒྱུན་ལམ་དུ་སོང་བ་དང་། དེ་ནི་ཁོང་གས་ཕྱོགས་བོད་ཁུལ་བརྒྱུད་མ་ལོ་དགུ་བ་རྒྱ་
ལྷག་གི་རིང་ཆད་དུ་བཞུར་ཏེ། མཐར་མྱི་ཁྱི་སྟོང་ལྷག་འགས་བར་ཆོད་པའི་རྒྱ་གར་གྱི་གཤོང་ཐང་ཁག་བརྒྱུད་འབབ་
པའི་གཙང་པོ་ཆེན་པོ་Brahmaputraལ་འཕྲད་བྱེད་ས་དང་པོ་ཡིན་པ་རེད།

རྒྱུན་རིང་པོ་ཞིག་ལ་པམ་ཏི་ཏེ་ཁོང་རྩལ་ཕྱོགས་ལ་དྲགས་ནས་སྤྱོ་སར་འགོ་མཁན་ཚོར་བ་ཁ་ཤས་མཉམ་དུ་
འགོ་ཐབས་བྱས་པ་དང་། བར་སྐབས་ཤིག་ནས་ལ་དྲགས་ཀྱི་ཚོང་པ་དེ་ཚོ་ཚོར་དངོས་དང་སྤྱན་དུ་བོད་ཀྱི་གྲོང་ཁྱེར་
ཆེན་མོས་ཤང་གཉིས་པར་འབོད་པའི་གཞིས་ཀ་ཅའི་གཤམ་གྱི་མ་ལེ་བརྒྱུད་ཅུ་གུ་ལྷའི་ས་ནས་བྱུ་ཐོག་བརྒྱུད་དེ་སོང་།
འོན་ཀྱང་། Nain Singhཀྱིས་ཁོང་གི་འགྲུལ་བཞུད་བྱེད་རོགས་སུ་ལ་ཡང་རང་ཉིད་ཀྱི་ལག་དུ་ཐོག་པའི་སྤྱིང་བ་
དང་མ་ཉི་འཁོར་ལོ། ཁ་ནས་སྤར་སྤར་སྒྲོར་བའི་ཞལ་འདོན་སོགས་དོན་དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་ཡིན་ཐད་ལ་དོགས་གཞི་
སྤྱི་ཙམ་ཡང་སྤྱིས་མ་བཅུག་པར། སྤུ་མཐུད་ནས་ཀྱང་ཐང་དུ་Bareillyནས་ལམ་དུ་ཆས་ཏེ་གསང་ཐབས་ཀྱིས་རྩལ་
ཞིབ་བྱས་པའི་ལམ་ཕྱོགས་དང་བར་ཐག་ཏེ་བའི་ཕྱོགས་སུ་འགོ་དགོས་བྱུང་།

ཁོས་ཚོང་འགྲུལ་བ་དེ་ཚོར་བསྐྱུགས་ནས་གཞིས་ཀ་ཅི་རུ་ཞགས་ཐོན་བྱེད་སྐབས། དངངས་འཚབ་
ལངས་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཁོང་གཞིས་ཀ་ཅི་བཏུགས་ལྷན་པོར་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེར་མཇུག་ཁྱེད་པར་བོས་བྱུང་། ཁོང་
ནང་པའི་གནས་མཇུག་པའི་ཞིག་གི་ནམ་པར་བརྩམས་ཡོད་པར་བརྟེན། རང་ཉིད་ཀྱི་གསང་མཐིལ་བརྟོན་པར་འདོམས་
ནས་ཐེངས་འདིའི་མཇུག་པའི་གཡོལ་ཐབས་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཆེས་མི་འོས་པ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ནི་གལ་ཏེ་ཁོང་གི་གསང་
མཐིལ་བརྟོན་པའི་ཞིག་ཡོད་པའི་དབང་དུ་བཏང་ན། དེ་ནི་སངས་རྒྱས་དངོས་ཀྱི་མཆོག་སྤྱུལ་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་
འདི་ཡིན་པ་རེད། ལྷག་པར་དུ་Nain Singhཀྱིས་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ནི་ཏཱ་ལའི་ཟླ་མཇེ་བཞེན་མི་ཆོའི་
སེམས་ཀྱི་ཕྱོག་གྱུར་མཁྱེན་བྱུང་མཁྱེན་ཞིག་ལ་ངོས་འཛིན་བྱེད་ཀྱིན་ཡོད་པ་ཤེས་ཀྱི་ཡོད། འོན་ཀྱང་ཟླ་བ་དེ་བཞིག་
ལ། བོད་ཀྱི་ཟླ་ན་མེད་པའི་དབུ་ཁྲིད་མཐོག་ཤིང་གཉིས་པར་བཀྱར་བའི་པཎ་ཆེན་རིན་པོ་ཆེ་ནི་མཇུག་ཡོད་དུས་ལོ་
ན་བརྒྱ་གཅིག་ལ་སོན་པའི་བྱིས་པ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། བྱིས་སུ་པཎ་ཁྱི་ཏེ་དེས་Montgomerie ལ་པཎ་ཆེན་རིན་
པོ་ཆེ་ནི་དམིགས་བསལ་རང་གི་ལོ་མཉམ་གྱི་བྱིས་པ་གཞན་ལས་ནས་དཔྱད་བཀྱེད་བྱུང་བྱེད་ཆོས་ལྡན་
མཁྱེན་ཞིག་གི་ནམ་པ་གང་ཡང་མི་འདུག་ཅེས་བརྗོད་ཡོད།

མཐར་Dehra Dunནས་ལམ་ལ་ཆས་ཏེ་ལོ་གཅིག་ཏུ་གཏག་འགོར་བའི་རྩེ་སྤྱ་Nain Singh
ཀྱིས་ལམ་ཐག་གོ་མ་པ་རེ་རེ་བཞིན་གཞུགས་པ་མ་ཟད་གསང་སྤྱབས་ཀྱིས་ཚུགས་སྟོན་འཁོར་ལོས་ཆད་ཐིག་མང་པོ་
ཞིག་གཞུགས་པ་དང་མཉམ་དུ་གནད་འགག་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་བྱེད་ཀྱིན་ལྷ་སར་འབྱོར། ཁོང་གིས་གནས་
མཆོག་ལྷ་ལྷན་གྲོང་དུ་གསང་སྤྱབས་ཀྱིས་བརྟགས་དཔྱད་བྱས་པར་འཆོམ་པའི་འགྲུལ་ཁང་གཉིས་གཡུར་ནས་ཟླ་ངོ་
གསུམ་རིང་བསྟན་པ་དང་། ལམ་དུ་ཆས་ནས་དུས་ལྷན་རིང་བོ་འགོར་སྤྱབས་Montgomerieལིས་ཁོང་ལ་
མཐུན་ཀྱིན་སྤྱར་བའི་དུལ་ཇོགས་ནས་ཉུང་ཅམ་ལས་མ་ལྷག སྤྱབས་འདིར་ཚུགས་ཀྱང་ལ་མཁས་པའི་པཎ་ཁྱི་
ཏེ་དེས་ཁོང་དཀྱིལ་འདི་ལས་ཐར་ཆེད། བལ་ཡུལ་ནས་འོངས་ཏེ་ལྷ་སར་གནས་ཐོན་བྱེད་པའི་ཆོང་བཙོར་ཉིན་
རྒྱུ་ལྷན་ཡིག་ནང་ཆོང་གི་ཅིས་ཁྲ་ཉར་སྤངས་བསྐྱབས་ནས་མཐུན་ཀྱིན་བསྐྱབས་ཐབས་བྱས་ཤིང་། དེ་ནི་ཁོང་
གིས་Montgomerieལི་མངགས་བྱ་རྣམས་མ་ལུས་པར་བསྐྱབ་པར་འགོ་བས་སྤྱང་གི་གཞོགས་འདེགས་བྱེད་
པའི་ཡོལ་བགལ་ཆེན་ཞིག་ཏུ་འདར་གྱུར།

དེ་སྟོན་ཆད་ལྷན་གྱི་གཞི་འཛིན་ས་གང་ཡང་མེད་པས་ཐོག་མར་ཁོས་རྒྱལ་ས་ལྷ་ས་མཆོངོས་ལས་མཐོ་
ཆད་ཅི་ཅམ་གྱི་སར་ཆགས་ཡོད་པ་དང་། སའི་གོ་ལའི་ངོས་ཀྱི་འཕྲེད་ཐིག་གི་ཆད་གཞི་ཡང་དགལ་པའི་གཞི་ཤེས་མེད་
པས། ཉི་མ་དང་སྐར་མའི་གནས་སྤངས་ལ་བརྟགས་དཔྱད་ཀྱིས་དཔྱད་ཞིབ་མི་འདྲ་བཅེངས་ཉི་ཤུ་ལྷག་བྱས།
(སའི་གོ་ལའི་གཞུང་ཐིག་གི་ཆད་གཞི་ཅི་སྤངས་དེ་འཕྲེད་ཐིག་གི་ཆད་གཞི་ཅི་ཐབས་ལས་ཁག་པས་པཎ་ཁྱི་ཏེ་གཉིས་
ལ་དའི་སྐོར་སྐྱོང་བཅར་སྤྱད་མེད།) Nain Singhཀྱིས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་མཐའ་འབྲས་ལ་གཞིགས་ན་ལྷ་ས་
ནི་ཁྲ་གྲུར་༡༧༩༨རྟེན་མ་༡༧༩༩རྟེན་མ་ཀྱི་ས་བབས་སུ་ཆགས་ཡོད་པ་བསྟན་ཡོད་ལ། (དེར་སང་གི་ས་དབྱུང་
རིག་པས་ཁོང་གིས་ཆད་གཞུག་པ་དེ་སྐར་མ་གཉིས་ཀྱིས་ཉུང་ཡོད་པར་བསྟན་ཏེ་ལྷ་ས་ཆགས་སའི་ས་བབས་ནི་
ཁྲ་གསུམ་རྟེན་༡༧༩༨རྟེན་མ་ལོ་ཡིན་པར་བཞག་ཀྱིན་ཡོད།) རྩི་གང་དཔྱད་ཆས་ལ་གཞིར་བཞག་ནས་བོད་ཀྱི་རྒྱལ་ས་
དེ་མཆོངོས་ལས་ཟླ་བྱ་༡༡༥༠༠སར་ཡོད་པར་བསྟན་ཡོད་ལ། དེ་ནི་དེར་སང་ལྷ་ས་མཆོངོས་ལས་མཐོ་ཆད་ཟླ་

གཞན་ཡི་བཞུང་ལྟེ།

[illegible]

དེ་ལས་ཀྱང་ཆད་ཐུན་གྱི་ཟེན་ཐོ་མང་པོ་ཞིག་བསྟུ་ཆེད་Nain Singh གྱིས་སྣ་སའི་ཉི་འདབས་ཀྱི་གོང་
 ཆོ་ཁག་དང་དེའི་མཐའ་ལོར་། གནམ་གཤིས་དང་ཞིང་ལས་ཐོན་བསྐྱེད་། རྩ་ལི་ཐོན་ཁུངས་དང་འཆོ་བསྐྱེལ་
 ལྷངས། གཞུང་དང་ཆོས་སྤྱོདས་ཀྱི་ལམ་ལུགས་སོགས་ཆང་མར་ཞེབ་འདུག་གིས་འབྲེལ་བཤད་མཐིམ་ཕྱིན་པ་ཞིག་
 བྱས་ཡོད་པ་དང་། དཔྱད་གཞི་དེ་དག་ནི་སྐབས་དེའི་གནས་ཚུལ་མང་པོ་ཞིག་རྟོགས་པར་རྒྱ་ཆ་གསལ་ཆེན་ཞིག་དུ་
 བྱུར་ཡོད། དུས་རྒྱུན་དུ་Nain Singh གྱིས་རང་ཉིད་དོན་དངོས་ཅི་ཞིག་བྱེད་མཁན་ཡིན་པའི་གསལ་བ་ཕྱིར་མི་
 བྱར་ཆེད་དོགས་ཐོན་དང་འདུག་དགོས་བྱུང་། མཐར་ཁོང་གི་གསལ་མཐིམ་དེ་སྣ་སར་གནས་སྡོད་བྱེད་མཁན་ཁ་ཆེ་
 ཆོང་བ་གཉིས་ཀྱིས་བརྟོལ་བ་དང་། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་ཁོང་ལ་དོན་དངོས་སུ་ཅི་ཞིག་བྱེད་མཁན་ཡིན་པཤད་དགོས་
 པའི་བཅོན་སྒྲུལ་བྱས། འོན་ཀྱང་། མཐར་ཁོང་ཆོས་ནད་ཁུལ་དུ་རྒྱ་མཚན་བཤད་རིས་ཀྱིས་གནས་ཚུལ་རིགས་སྤྱི་ལ་
 མི་བཤད་རྒྱ་བྱས་པ་མ་ཟད། ཁོང་གཉིས་ཀྱིས་པམ་རྩི་ཏེ་ལ་དངུལ་གྱི་རོགས་རམ་ཡང་བྱས།

སྐབས་འདིར་Nain Singhཐོ་འཆབ་སྐྱེས་པའོ་ཚུགས། རྒྱལ་པར་དུ་རྒྱ་མི་ཞིག་ཚོག་མཆན་མེད་
པར་རྒྱ་མར་སིམ་འབྲུལ་བྱས་ཏེ་རྫོག་དུ་བསྐངས་པར་བསྟར་ནས་ཡོངས་བསྐྱབས་ཀྱིས་མགོ་པོ་བཅད་པའི་གནས་
ཚུལ་མིག་མཐོང་བུར་པས། ཁོས་གོ་སྐབས་གང་ཡིགས་ལ་བཞུས་ནས་མགོ་གསལ་པོར་ཕྱིར་ཡོག་རྒྱུ་ལི་
བསམ་མོ་བཏང་། དེ་མུར་ཁོས་ཐོང་གནས་ཐོར་ཏེ་འགོ་ཐབས་ཅི་ཡོད་གང་ཡོད་བྱས། སྐབས་འདིར་
Montgomerieཡིས་མངགས་བཅོལ་བྱས་པའི་ལས་དོན་ནམས་ཡོངས་སུ་བསྐྱབས་ཟིན་པ་མ་ཟད། ཐོ་བྱང་པོ་
དུ་ལའི་ནང་དུ་དགྲུང་ལོ་བཅུ་གངས་ལ་མོན་པའི་རྒྱལ་དབང་རིན་པོ་ཆེར་མཛལ་ཁ་ཞིག་ཀྱང་ལྷན་ཟིན་ཡོད།

འབྲུལ་བཞུད་ཁྱོད་གསང་ཉར་བྱས་པའི་ཉིན་ཐོ་ཞིག་གི་ནང་(ལམ་ཕྱོགས་ཞིབ་འཇུག་བྱས་པའི་གནས་
 ཚུལ་གཅིག་ལྟ་མ་ཆི་ལའོར་ལེའི་གཟུངས་གཞུག་ལ་བརྟུལ་དེ་བཅུག་པ་ཡིན་པ་འདྲ།) Nain Singh གྲིས་སྐུ་ན་
 གཞོན་པའི་རྒྱལ་བའི་ཡང་སྤྱད་རིན་པོ་ཆེ་གསེར་ཁྱིམ་བཞུགས་པའི་ནམ་པ་བྲིས་འདུག་སྟེ། ཏཱ་ལའི་ཟླ་མ་སྐུ་ཕྱིང་
 བཅུ་གཉིས་པ་མཆོག་མཐོ་ཆད་སྟེ་ཁྱིམ་གཙམ་ཡོད་པའི་ཁྱི་སྟེད་དུ་བཞུགས་ཡོད་པ་དང་། ཁོང་གི་གལས་ཕྱོགས་སུ་
 བཞུགས་ཁྱི་དམའ་མོ་ཞིག་ཡོད་པ་དེའི་སྟེང་དུ་རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེ་བཞུགས་འདུག སྐབས་དེར་ཏཱ་ལའི་ཟླ་
 མ་དགུང་ལོ་བཅུ་གསུམ་ལས་མོན་མེད་པས་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་བྱུགས་འགན་ཆད་དེ་དུས་ད་དུང་བཞེས་མི་འདུག་ཅེས་
 གསལ། ཏཱ་ལའི་ཟླ་མ་སྐུ་ཕྱིང་བཅུ་གཉིས་པས་ཆོས་སྤྱིད་ཀྱི་བྱུགས་འགན་བཞེས་ནས་རིང་པོ་མ་སོང་བར་དགོངས་
 པ་ཆོས་དབྱིངས་སུ་འཐིམས་ཏེ། རྒྱལ་ཚབ་རིན་པོ་ཆེས་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སྤྱིད་སྦྱོང་གི་བྱུགས་འགན་བཞེས་ཡོད་ཡོད།
 Nain Singh ཀྱི་སྙན་ཐོའི་ནང་སྐབས་དེའི་རྒྱལ་ཚབ་ནི་ལྷ་སར་གནས་སྟོན་ཁྱེད་པའི་རྒྱ་ནག་པེ་ཅིན་གྱི་སྐུ་ཚབ་
 བམ་ཨམ་བན་གྱི་དབང་ཤུགས་འོག་ཡོད་པ་ཞིག་རེད་ཅེས་འཁོད་ཡོད། (ཐོད་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་སྐོར་བཞོན་འདིའི་
 བད། སྐབས་དེ་ནི་ཐོད་ནང་ཨམ་བན་གྱི་དབང་ཤུགས་ཆེས་ཆུང་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པ་དང་། ཨམ་བན་
 གཞུང་འབྲེལ་གྱི་མཛད་སྟེའི་རིགས་ལ་བཅར་མི་ཆོག་པ་བྱས་པ་དང་། དེ་རྩ་རྒྱུ་རིགས་ཉུང་བྱ་ཞིག་ཡོད་པ་ནམས་
 རང་ཉིད་ཀྱི་འཆོ་ཐབས་ཆེད་འབྲུག་དང་སེང་གི་འབྲམ་སྟོན་གྱིས་མི་ཆང་རེ་རེའི་སྐོར་བརྒྱད་ནས་སྟོང་རྒྱལ་དུ་འགྲོ་

དགོས་ཐུག་ཡོད་པའི་དུས་སྐབས་ཤིག་ཡིན་པར་བཤད་གྱིན་ཡོད།)

ཀྱུ་ལ་དབང་རིན་པོ་ཆེར་མཇུག་ཁྱེད་མཁན་ཆོར་གསོལ་པ་འདི་གས་འབྲུལ་བྱས་ཤིང་། ཁ་བཏགས་དང་
ལེགས་སྐྱེས་ནམས་བཟུང་ལེན་གྱིས་མཇུག་བཅར་བ་རེ་རེའི་མགོ་ལ་ཀྱུ་ལ་དབང་མཆོག་གིས་ཐུག་དབང་གནང་ཞེས་དུ་
ཁོང་ཆོར་དེ་བཀའ་སྤྲོད་པའི་འདྲི་བཞིན་ཡོད། འོན་ཀྱང་པཎ་ཏི་ཏེ་ཁོ་རང་གི་གསང་བཤེར་བའི་གཞོན་དོགས་ཡོད་ན་
ཡང་ཞེད་སྡང་སྒྲི་དགོས་མ་བྱུང་། ཀྱུ་ལ་དབང་མཆོག་གིས་མི་ཆང་མའི་སེམས་ཀྱི་གསང་བ་མཐུན་གྱི་ཡོད་སྲིད་
མོད། Nain Singh གྱི་གསང་བཤེར་བཤེད་པའི་དུས་སྐབས་མཆོན་གང་ཡང་བསྟན་མ་བྱུང་། ཀྱུ་ལ་དབང་མཆོག་
གིས་མཇུག་བཅར་བཞེས་འདྲི་བའི་དེ་བཀའ་ནི། མཇུག་བཅར་བ་སོ་སོའི་ཡུལ་གྱི་སྲིད་སྲོད་གི་སྐྱེ་ཁམས་བདེ་མིན་
དང་། སོ་སོའི་ཡུལ་ཁམས་ཀྱི་མི་མང་ཆོའི་འཚོ་བའི་བདེ་སྤྲུག་ དེ་བཞིན་མཇུག་བཅར་བ་སོ་སོའི་ཡུལ་ཁམས་
བདེ་ཐང་སྐྱོར་བཅས་ཡིན་པ་རེད། དེ་རིགས་ཆར་ཤིང་ཆང་མཐུན་མ་ལོག་གོང་། མཇུག་བཅར་བཞེས་པོ་དུ་ལའི་
ནང་གི་གོས་ཐང་ཅ་ཆེན་དང་། གསེར་བྱིས་སྒྲིགས་བཅས་མང་པོར་མཇུག་ཁྱེད་གི་ཡོད།

སྤྱི་ལོ་༡༩༧༦ལོའི་ཟླ་བ་བཞི་བའི་ཟླ་དྲུག་ལ་ཙམ་ལ། Nain Singh གྱིས་ཁོ་རང་མཉམ་དུ་ལྷ་སར་
ཡོང་བའི་ལ་དུགས་ཀྱི་ཆོང་བདེ་ཆོ་ཕྱིར་ཀྱན་གནས་ཉེས་པའི་ཤུལ་མང་པོ་དང་བཅས་འགྲོ་གྲུབས་བྱེད་གྱིན་ཡོད་པ་
ཤེས་ཉིགས་བྱུང་། སྐབས་དེར་ཁོང་པོ་དྲུག་ཀྱུ་ལ་ས་ལྷ་སར་འབྱོར་ནས་ཟླ་བ་གསུམ་ལྷག་འགོར་བཞིན་ཡོད་པ་དང་།
ཁོས་ལ་དུགས་ཀྱི་ཆོང་བདེ་ཆོའི་འགོ་གཙོ་ལ་ཁོ་རང་ཡང་བསྐྱར་མཉམ་དུ་ཕྱིར་ལོག་ཆོག་མིན་སྐད་ཆ་དེས།
Nain Singh གྱིས་ཉིན་ཐོའི་ནང་འཁོད་པ་ལྟར། ས་སྤོང་དུ་མཆོན་ཆ་ཐོག་པའི་ཤུག་ཆོགས་མང་བར་བཞེན། ཁོ་
རང་གཅིག་ཕུ་རུབ་ཕྱོགས་སུ་འབྲུལ་བཞུགས་བྱུ་ཞི་ཆེས་འཛིགས་ཉིན་ཆེ་བཞིག་ཡིན་པ་རེད། དེར་བཞེན་འབྲུལ་
བཞུགས་པའི་ཆར་མང་པོ་མཉམ་དུ་ཕྱིན་ན་དེ་ཙམ་གྱིས་བདེ་འཇགས་ཆེ་བ་ཡོད། Nain Singh ཞི་དེ་ཐོན་
ནས་ཆོང་འབྲུལ་བཞུགས་དགའ་མོས་བྱེད་སའི་མི་ཞིག་ཡིན་པར་བཞེན། ཐངས་འདིར་ཡང་ཁོ་རང་མཉམ་དུ་བྱེད་
པའི་མོས་མཐུན་བྱས།

ཤར་ཕྱོགས་ནས་རུབ་ཕྱོགས་སུ་བོད་གྱི་ས་ཁུལ་བརྒྱད་འཐེན་པའི་གནའ་བོའི་ཆོང་འབྲུལ་གྱི་བཅོད་
ལམ་རིང་མོ་དོད་ནས་ཟླ་དོ་གཉིས་ལྷག་རིང་མ་ལོ་ལྷ་བརྒྱལ་ཡིས་ཆོད་པའི་ལམ་དུ་འབྲུལ་བཞུགས་པ་དང་། དེ་ནི་
མཆོང་ས་ལས་ཆ་སྟོ་མས་མཐོ་ཆད་ཆེ་བྱི་ཁྱི་༡༥,༠༠༠ཡོད་པའི་སར་འཛུགས་སྤྱད་སྟེ་གི་ཁོད་སྟོ་མས་ཤོས་ཀྱི་གཞུང་ལམ་
ཡངས་མོ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ལམ་བར་གྱི་ས་ཁུལ་གཅིག་མཆོང་ས་ལས་མཐོ་ཆད་ཆེ་བྱི་ཁྱི་༡༡,༠༠༠ལ་མར་ཆགས་པ་མ་
གཏོགས་གཞན་མཐོ་ཆད་གོང་དང་གཅིག་མཆོང་ས་ཡིན་པར་དེས། ཁོང་ཆོ་འབྲུད་བཞུགས་བྱེད་པའི་ལམ་ཁར་གཞུང་
ཡིག་གལ་ཆེན་རིགས་སྤྱར་སྒྲིལ་བྱེད་པའི་ཆར་ཆོར་ཡང་ཡང་བྱུག་པ་དང་། Nain Singh གྱིས་བཤད་ན།
དགའ་ཆོགས་ཆེ་བའི་བང་ཆེན་དེ་ཆོ་ཟམ་ཟད་དུ་དང་བཞེན་ཏེ་བཟུང་དུས་ཙམ་མ་གཏོགས་ཉིན་མཆོན་མེད་པར་ཏེ་ལ་
ཞོན་ནས་ཡི་གེ་སྒྲིལ་སའི་ས་གནས་ལ་མ་བསྐྱེད་བཅས་འགྲོད་གོས་ཀྱི་ཡོད་པ་དང་། ལམ་བར་དུ་ཆས་གོས་མ་
བཟུང་བའི་བདེན་དཔང་དུ་གྲོན་གོས་ཐོག་ལ་ཐེམ་ཅི་ཞིག་བརྒྱབ་སྤྲོད་པ་དང་། དེ་ཡི་གེ་སྤྱད་སའི་གཞུང་གི་ལས་བྱེད་
མ་གཏོགས་སུ་གྲུང་བཀོག་མི་ཆོག་པ་རེད། པཎ་ཏི་ཏེ་ཁོ་རང་གིས་དོར་སུ་བྱང་ཆེན་ཞིག་ལམ་ཐག་མ་ལོ་བརྒྱད་
བརྒྱས་ཆོད་པའི་སྐར་ཐོག་ནས་ལྷ་སར་འབྱོར་བ་མཐོང་ཞིང་། མི་དེའི་གདོང་ལ་སེར་གདོད་པ་དང་མིག་གཉིས་

གོམ་པ་རེ་རེ་བཞིན་ཐེང་བ་རུ་བབས་ཏེ་གོམ་ཚད་ས་ཡ་གཉིས་དང་ཐེང་བེན་པའི་སར་ཞིབ་འདུག་བྱས་པ་དེས་སྡོན་
ཆད་བདེན་པར་འདྲིན་པའི་བོད་ཀྱི་ས་ཁྲུའི་ཆ་ཁ་ཤས་ཤིག་ནིར་ཡོད་པའི་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

Montgomeryཡིས་ Murchisonལ་པཎ་ཏི་ཏས་ཞིབ་འདུག་བྱས་པ་དེས་ས་ཁྲུའི་བའི་ཐོག་གི་འཕྲེད་
ཐིག་གི་ཚད་གཞི་ཡང་ནིར་ཡོད་པའི་བདེན་དཔང་བྱས་ཡོད་ཅེས་བཤད་པ་དང་། ཁོང་གིས་ཤེས་གསལ་ལྟར་ན་ད་
ལྟའི་བར་དུ་ཡི་ཤུ་ཚོས་སྤེལ་མཁན་སྐུས་ཀྱང་བོད་ནང་དུ་ཞིབ་འདུག་བྱས་སྤྱོད་མེད་པ་རེད།

དུས་རབས་བཅུ་བདུན་པའི་དུས་འགོར་གྱིས་པའི་ཆོས་གངས་དང་ལོ་རྒྱུས་འཁོད་པའི་ས་ཁྲུའི་པ་
ཞིག་Montgomeryཡི་ལག་ཏུ་སོན་པ་དང་། ཡི་ཤུ་ཚོས་སྤེལ་མཁན་ཆོས་ས་ཁྲུ་འབྲི་ཐབས་ཀྱིས་པའི་ཅིན་གྱི་ས་
དབྱིབས་གྱིས་བདེ་ལན་གཅིག་མཐོང་རྒྱུ་གོང་མ་ཁང་ཞིས་ཁོང་ཆོ་མགོན་དུ་བོས་ནས་བོད་ཚུད་པའི་རྒྱལ་པོའི་
མང་འཁོངས་ཡོངས་རྫོགས་ལ་ཞིབ་འདུག་ཞིག་བྱ་དགོས་པའི་གྲོས་བྱས་པ་དང་། ལས་གཞི་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༠༩ལོར་
འགོ་བཙུགས་ཏེ་བོད་ནང་གི་ས་སྤེལ་སྤེལ་ཆགས་སྐད་ས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ཞིབ་པར་སྤེལ་སྤེལ་ལོན་བྱ་ཆེད་ཡི་ཤུ་ཚོས་སྤེལ་པ་
དེ་ཆོས་ཐུ་མ་གཉིས་ལ་ཞིབ་འདུག་བྱེད་སྐད་ས་ཀྱི་སྤྱོད་བཟུང་སྤྱད། དེའི་བྱུང་འབྲས་སུ་སྤྱི་ལོ་༡༩༡༥ལོར་བཅོས་
པའི་ཡིད་དུ་འོངས་པའི་ས་ཁྲུ་དེ་བྱུང་བ་དང་། ཤྱིས་སུ་༡༩༡༥ལོར་པའི་རིའི་སུ་རྒྱ་དྲགས་ཅན་གྱི་ས་ཁྲུའི་ནང་དུ་
འཁོད་པ་བྱུང་། ཡི་ཤུ་ཚོས་སྤེལ་པ་དེ་ཆོས་རྒྱ་ནག་གི་ས་ཁྲུ་ལ་གཞན་ནམས་ས་ཁྲུར་འཁོད་པ་ཞིབ་ཆགས་བྱུང་ཡོད་
པར་བརྟེན། བོད་སྐོར་གྱི་ས་ཁྲུ་དེ་ཡང་དམག་དོན་སོགས་ཀྱི་ཆེད་པེད་སྤྱོད་ཆེར་མེད་ན་ཡང་ད་ལྟ་བར་གང་འཚམ་
ཆད་ཐུན་ཡིན་པར་ཚྭ་ཡོད་ཡོད། ཏ་ལྟ་Nain Singhཀྱིས་དལ་བ་བྱུང་དུ་བསུ་དེ་བསྐྱབས་པའི་བྱུང་འབྲས་
འདིས་ཐུ་མས་ཞིབ་འདུག་བྱས་པར་གྲགས་པའི་གནད་དོན་མང་པོ་ཞིག་གི་སྤྱོད་གནས་ལ་གསལ་ཁ་བཏོན་ཡོད།

Montgomeryཡིས་བཅུ་དྲུག་བྱས་ཏེ་Murchisonལ་Nain Singhནི་ནང་པ་སངས་
རྒྱུ་ཀྱི་ཆོས་ལ་དང་མཁན་གྱི་རིགས་རྒྱུད་ཅིག་ཡིན་ཚུལ་གྱི་དགོངས་གཞི་བཏོན་ནོན། ཁོང་གིས་”Nain
Singhཀྱི་ལག་པར་གསང་བའི་ཐེན་ཐོག་ཐུངས་གཞུག་ཏུ་བཙུགས་པའི་མ་ཆེ་འཁོར་ལོ་དང་ཕུ་བྱང་ནང་ལ་ཕྱོགས་
སྟོན་འཁོར་ལོ་སྤྱས་ཏེ་ཐུ་མ་རྩ་ཆེན་ཆོའི་མདུན་དུ་མཇུག་ཁ་ལྟ་སྐབས་ཀྱི་ཆོར་སྤྱང་ལས་དེ་དོན་བྱེད་ཀྱིས་གསལ་བོར་
ཤེས་བྱུང་པ་ཞིག་རེད།” ཅེས་བཤད་ཡོད། འོན་ཀྱང་། ཐམས་ཅད་མཁྱེད་པའི་བདག་ཉིད་དེས་པཎ་ཏི་ཏའི་
སེམས་ཀྱི་གསང་བ་གཟིགས་མེད་པ་དང་། ཕྱོགས་ཀྱན་ལ་མཁས་པའི་པཎ་ཏི་ཏ་དེས་Dehra Dun ཏུ་ཡོད་
པའི་རང་ཉིད་ཀྱི་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་ཆོའི་དགོས་འདུན་སྤོང་ཆེད་པོ་བྱང་པོ་ཏུ་ལའི་ཆགས་བབས་དང་མཐོ་ཆད་ཀྱང་གཞལ་
ཡོད།

Montgomery དང་ཁོང་གི་ལས་རོགས་ཆོས་ལུ་ཏུ་བྱུང་བའི་གསང་ཉུལ་བ་ཞིག་མཁྱེད་
བསྐངས་བྱུང་པ་བྱུང་ཡོད་པས། མཚམས་འདི་ནས་པཎ་ཏི་ཏ་ཁོང་བག་ཡངས་ངང་སྤྲོད་འདུག་མི་སྤྲོད་དེ། ཁོང་གི་
གར་ལ་སྤྱི་བས་ནས་ཐུ་བ་བྱུག་གི་རྒྱུ་ཡང་བསྐྱར་བོད་ནང་དུ་གསེར་གྱི་གཏོར་ཁ་འཚོལ་ཞིབ་ཆེད་ཐོག་རྒྱ་སྤོང་
ཞེས་པའི་ས་ཁྲུ་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་བཏང་ངོ་།

འཕགས་པའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་

མཉམ་པོའི་ལོ་རྒྱུས་ཀྱི་ལོ་རྒྱུས་



སམ་མཚན་མ་ལ་འདུག་པས་ན་ཕུ་ཡི་ཆུ་ནི་མོའི་རྟགས་མཚན་པར་བྱེད་དོ་ཞེས་སོགས་ཆོག་འབྲེལ་དང་དཔེར་བཅོང་གང་ལ་བཞུས་ཀྱང་སྔ་མ་ཐམས་ཅད་འདི་བཞིན་གཅིག་མཚུངས་སུ་བཀྲལ་དོ། །

གསུམ་པ། སྔ་མ་དག་གི་འདོད་པ་བཀག་པ།

འདི་ནས་ཕྱི་འབྲེལ་ཀུན་གྱིས་འདིའི་འབྲེལ་བཤད་ཡིད་ཆེས་པར་རྒྱག་མཁན་སུ་ཡང་བྱུང་མེད་དེ། རྣམ་
ཐྱིང་སོགས་མང་པོས་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མ་ཐན་ཕུ་རྒྱུ་ནི་སྒྲིམ་བུའི་དོན་དེ་རྒྱ་དང་ཁ་ཕྱིས་པས་ཕུ་དང་།
ཡི་ཆུ་ཞེས་པ་རྟགས་སམ་མཚན་མ་ལ་འདུག་པས་ན་ཕུ་ཡི་ཆུ་ནི་མོའི་རྟགས་མཚན་པར་བྱེད་དོ་ཟེར་བས། སྐབས་
འདིར་མཁས་པ་རྣམས་ཀྱིས་བདག་སྒྲུབ་སྟན་པའི་རྩ་ཆོག་གིས་བདག་སྒྲུབའི་ཕྱད་གང་བསྟན་གྱི་ཡོད་མེད་སོགས་ངོས་
འཛིན་གསལ་པོ་གཏིང་ནས་མ་བྱས་ཁར། དེ་ལས་ཐོག་སྟེ། ཕུ་རྒྱུ་སྒྲིམ་བུའི་དོན་དང་ཡི་ཆུ་སོ་རྟགས་དང་། སོ་
རྟགས་མཚན་པར་བྱེད་པ་ཞེས་དང་། འགའ་ཤས་ཀྱིས། དཔེར་ན། སྒྲིམ་པའི་རྟགས་དང་ལྷན་པ་ནི་བྲིམ་གྱི་བདག་
པོ་ཡིན་པ་བཞིན་དུ། མིང་བཅོང་བའི་ཆོ་བདག་པོ་ཡི་སྒྲུ་མེད་པ། དེ་ལ་ཕུ་ཡི་ཆུ་སྟེ་དབང་བྱེད་ཀྱི་དོན་གསལ་བར་
རྣམ་པའི་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་པ་དང་པོ་གཉིས་སྒྱུར་བ་ན། དོན་ལ་དབང་བའི་བདག་པོའི་ས་སྟེ་བཅོང་དོན་གང་དང་
ལྷན་པའི་གང་ཟག་གི་གཞི་སྟོན་པར་བྱེད་པའི་སྒྲུ་ཡིན་པ་ནི་ཞེས་པར་བྱ་དགོས་སོ་ཞེས་སོགས་འབྲེལ་བ་དང་། ལ་
ལས། དཔེར་ན། བྲིམ་གྱི་བདག་པོ་སྒྲིམ་པ་ལས་བྱུང་མེད་མེད་པ་མིན་ཡང་། གཙོ་ཆོ་བར་དགོངས་ནས་སྒྲིམ་པའི་
རྟགས་ལྷན་པས་བྲིམ་གྱི་བདག་པོའི་དཔེར་བཤོད་པ་བཞིན་ཡིན་ན་ནི་སྔ་མ་མོ་ཞེས་སོགས་འབྲེལ་བ་ནི། རྒྱ་མེད་སར་
རྒྱ་རགས་བཅིགས་པའི་དཔེ་བཞིན། དེ་དག་ནི་འབྲེལ་མེད་ཀྱི་ཁྲུངས་བཙལ་ནས་འཆར་ཡན་གྱི་གཏན་ཁོན་ལས་མ་
འདས་ཏེ། སྒྲིམ་པའི་རྟགས་དང་ལྷན་པ་ནི་བྲིམ་གྱི་བདག་པོ་ཡིན་པ་སུས་ཀྱང་གཏན་ལ་མ་ཡང་ཅིང་། ཡུལ་རེ་
འགའི་བྲིམ་བདག་སྒྲིམ་པའི་རྟགས་དང་ལྷན་པ་དང་། ཡུལ་རེ་འགའི་ཀྱི་བྲིམ་བདག་བྱུང་མེད་ཀྱི་རྟགས་དང་ལྷན་
པའང་ཡོད་མེད་པས་བྱུང་པ་མ་ངེས་ལ། གལ་ཏེ་དེ་བཞིན་ཡིན་ན་འང་སྐབས་འདིར་འབྲེལ་བ་སྟེ་ཙམ་མ་གྲུབ་པ་
ཡིན་ནོ། །ཡང་རེ་འགས། སྒྲིམ་པའམ་རྣམས་ལྷན་གྱི་རྟགས་ཅན་དུ་གོ་བར་བྱེད་པ་སྟེ་ཞེས་བཤད་པ་ནི་རང་ལྟ་མཚོག་
འཛིན་ཁོ་ནས་བཤད་པར་མཐོང་སྟེ། སྒྲིམ་པ་ནི་རྣམས་ལྷན་དང་བྱུང་མེད་རྣམས་མེད་ཡིན་པའི་ཁྲུངས་མེད་ལ་ཡོད་ན་སྒྲུ་
དགོས་ཤིང་། སྒྲིམ་པས་རྣམས་ཆད་བྱུང་མེད་ཀྱིས་མི་རྣམས་པའི་གནས་ལུགས་བཤད་ན། བྱུང་མེད་ཀྱིས་རྣམས་ཆད་སྒྲིམ་
པས་ཀྱང་མི་རྣམས་པ་མགོ་མཚུངས་ཡིན་པའི་གནས་ལུགས་ལུང་རིགས་ཀྱིས་བསྒྲུབ་མི་དགོས་པར་དངོས་སུ་བཞུས་
ན་ཞེས་ལ། དེ་ནི་མགོ་གང་བྱས་དེས་པར་རྒྱབ་ལུགས་ཀྱིས་རྣམས་ཀྱི་ལན་འདེབས་པའི་བཤད་སྒྲོས་དང་མཚུངས་
ཤིང་། གང་ལྟར་འདི་ནས་སྔ་འབྲེལ་ཡོད་ཆད་ཀྱིས་རྒྱ་མཚོའི་མོར་བུ་ལེན་འདོད་པ་ལ་གྲུ་གཟིངས་ཀྱི་ཁ་ལོ་ཐང་ལ་
དུལ་པ་དང་འདྲ་བར་སྤང་སྟེ། གཤུང་ཆེན་མོར། བ་ལ་འོ་མ་འཛོལ་བར་འདོད་པས་རྩ་ལ་འཐེན་པ་བཞིན་ནོ་ཞེས་
གསུངས་པའི་ལུང་དོན་དངོས་ཐོག་དུ་བབ་པ་དང་། སྔ་མ་དག་གིས་འདི་སྐབས་བདག་སྒྲུབ་འབྲེལ་འདོད་ནས་འབྲེལ་
མེད་རྟོགས་ལ་འཛིངས་པའི་བཟེ་གཏན་གྱི་བྲིས་སྒྲུང་མང་པོས་གོ་ཆད་པར་བྱས་ཤིང་། ཞིབ་དུ་བསམས་ན་གོང་གི་
འབྲེལ་ཚུལ་དེ་དག་ནི་ཁོག་དགོད་བྱོ་བའི་གནས་ཁོན་ཙམ་ལས་རྩ་བའི་ཆོག་ལ་གནད་འཁེལ་བའི་འབྲེལ་བ་ཡིན་
ལུགས་མ་མཐོང་སྟེ། དགག་ལན་ཆངས་པའི་ཐིག་གི་སྒྲུན་ལས། སྤེབ་སྒྲོར་ལ་བཙོན་ཡང་ཕུ་ཡི་ཆུ་འདི་སྒྲུ་དོན་

གཞུང་པའི་པའི་སྒྲིག་པོ།

ཁོང་དུ་མ་ཆུང་པ་གང་རུང་གི་རྟོག་པ་ཐོའི་སྒྲིག་པོ་ཞེས་པའི་ལན་དུ། ཁྱེད་ཀྱིས་དང་ལ་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་སྒྲིག་པོ་ཞེས་པ་
ལྟར་ཅེས་གཞི་ན་ཡང་། ཁྱེད་ཀྱིས་མཁས་ཉམས་དཔལ་ཐལ་གྱིས་ཕུ་རུ་པ་སྒྲིག་པོ་དང་། ཡི་ཆུང་པོ་གསུམ་ཏེ། མཚམས་
ཕྱུར་བས་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་གྲུབ་པ་དེ་ཉིད་ཅེས་བྲིས་གང་ལ་བ་དེ་འདྲའི་མཚམས་སྒྲིག་པོ་ཚུལ་ཤོད་དུ་འགྱུར་བའི་སྒྲིག་པོ་
ན་ཡོད་པ་སྒྲིག་པོ་ཅེས་གསུངས་འདུག་པས། དེ་འདྲ་བའི་སྒྲིག་པོ་མཚམས་སྒྲིག་པོ་དང་སྒྲིག་པོ་ཅེས་པ་གསལ་པོར་གོ་
ནུས་ཤིང་། མདོར་ན། རྒྱ་མཚམས་ལོག་འགྲུལ་ཆེ་ལྷར་བྱས་པ་བཞིན་གྱི་མ་རྣམས་ཀྱིས་ཀྱང་གཤམ་གྱི་དཔལ་པོ་ལུག་
དང་། ལུག་གི་དཔལ་པོར་། རའི་དཔལ་པོ་ཁྱིམ་བྱས་པའི་བཤད་རྒྱུན་ལྷར་བྱས་ཏེ། རྒྱ་མ་དག་གི་སྒྲིག་པོ་རྩོད་པོ་མོས་པ་
མེད་ཀྱང་རྣམ་པ་ཤོད་ཀྱི་ཙམ་གསུངས་པ་ཞིག་མ་རྟོག་ནས་འདྲིའི་ཐད་ལོག་ལམ་ནང་རང་བཞིན་གྱིས་གཅིག་ཆེས་གཉིས་
འདུག་ཀྱང་དགོས་གྱུར་པ་ཙམ་དུ་མཛོད་ཆེད་། ཡང་སྒྲིག་པོ་ཤོད་སྒྲིག་པོ་རེ་འགས་བདག་སྒྲིག་པོ་ཐད་པོ་གཉིས་ཀྱིས་
མི་མོ་མོ་གཉིས་ལས་མོ་ཡིན་པ་གོ་བྱུང་བ་དང་། མ་མོ་གཉིས་ཀྱིས་མི་མོ་མོ་གཉིས་ལས་བྱུང་མེད་ཡིན་པ་གོ་ནུས་
པའི་རྒྱ་མཚན་ཕྱོགས་རེ་བས་མོ་རྟགས་དང་མོ་རྟགས་ལ་འགྲུལ་བ་ནི་བདག་སྒྲིག་པོ་ཐད་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་
ཐག་ཏུ་ཅང་གི་རིང་བ་ནི་ཤར་རྒྱུ་གྱི་དཔེ་དང་ཁྱེད་མེད་དུ་གྱུར་ཅིང་། གང་ལྷར་གོང་གི་འགྲུལ་ལུགས་དེ་དག་ནི་ཕན་
ཐོགས་ཀྱི་ཕྱོགས་སུ་ལྷ་ཅི། མོག་བཤད་ནགས་ཚལ་སྒྱུག་པོ་ཁོ་ནས་བདག་སྒྲིག་པོ་ཤོད་པོ་ལོངས་ཤོགས་བསྒྲིགས་ལ།
དེ་བཞིན་སྒྲིག་པོ་ལྷན་གཟུར་གནས་རྣམས་ཀྱིས་ཞིབ་དུ་དཔྱད་ན་ཤེས་ནུས་ཤིང་། དེ་ཡང་སྒྲིག་པོ་ལྷན་གསལ་ཞིབ་དུ་
བསམས་ན་འདྲིའི་སྒྲིག་པོ་རྒྱ་མ་རྣམས་ཀྱིས་དེ་བཞིན་དུ་འགྲུལ་ནས་བཞག་པར་སྒྲིག་པོ་དྲར་བདེ་བར་གྱུར་ཡོད་དམ་སྙམ་
མོ། །

བཞི་པ། རང་ལུགས་གཞི་པ།

དང་པོ། བདག་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ལ་འགྲུལ་པ།

རང་ལུགས་བདག་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ལ་འགྲུལ་པ་ནི། སྒྲིག་པོ་མཚམས་སྒྲིག་པོ་དང་ཚུལ་ལ་བཞག་ན་ཕུ་ཞེས་པ་
ནི་པ་མེ་ལ་གོ་དགོས་ཏེ། དགག་ལན་ཚངས་པའི་ཐིག་གི་སྒྲིག་པོ་ལས། ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་ཕུ་ཞེས་པ་པ་མེ་ལ་འོས་འདྲིན་པ་
དེ། རྒྱ་མ་ཚམས་པའི་འགྲུལ་ལུགས་སུ་མ་ཟད། སྒྲིག་པོ་པ་དང་། སྒྲིག་པོ་གཉིས་ཀར་ལུང་གི་སྒྲིག་པོ་དང་བཅས་པའོ།
ཞེས་དང་། དཔྱདས་ཙམ་སྒྲིག་པོ་ལས་ཀྱི་ཕྱི་དུ་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་པ་རྣམས་སོ། ཞེས་གསུངས་པས་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་
ཀྱི་དགོངས་པར་གནས་ཤིང་ཞེས་དང་། ཀྱི་ཕྱི་དུ་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་པ་རྣམས་པ་ནི་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་གོ་དགོས་ལུགས་ནི། ཐོན་མིའི་
ཞལ་ལུང་གི་དགའ་བྱེད་གངས་རིའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལས། ཆང་མ་སོགས་མ་ཡིག་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་(བདག་སྒྲིག་པོ་)འགྱུར་བ་ཡོད་
ཅས་དཔྱད་ལུས། སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་པ་ལྟར་དུ་ལུང་པའི་སྒྲིག་པོ་དང་བཅས་པའོ་ཞེས་པ་ལས་ཁྱེད་པའི་ཕྱི་དུ་ཕུ་ཡི་
ཞེས་པ་ཀྱི་སྒྲིག་པོ་དང་། ཕྱི་ཞེས་པ་ཙམ་པོ་སོགས་པའི་ཞེས་གསལ་བ་ལྟར། སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཕུ་ཞེས་པ་པ་མེ་ལ་འགྲུལ་
དགོས་པ་ནི་དོན་ལ་གནས་ཡོད་ཅིང་། ཡི་ཆུང་པོ་རྟགས་སམ་སྒྲིག་པོ་དང་སྒྲིག་པོ་པ་མེ་ལ་གསལ་བུ་དཔེ་པོ་རང་རང་གི་སྒྲིག་
གནས་ནས་ཐོན་པའི་སྒྲིག་པོ་དང་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་རྟགས་ལ་གོ་བཞིན་དགོས་པ་ཡིན་ནོ། ། ། སྒྲིག་པོ་སྒྲིག་
སྒྲིག་པོ་དེ་དག་གང་ཡང་རུང་བའི་མིང་གི་མ་མཐའ་ན་ཕུ་ཡི་ཆུང་པོ་སྒྲིག་པོ་དེ་དག་སྒྲིག་པོ་དང་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་
དང་། ལུགས་བསྒྲིག་ནས་དོན་ལ་ཐོབ་པའི་པོ་མོ་པོ་མོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་དང་བཅས་པ་སྒྲིག་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་ཙམ་པོ་

བདག་པོའི་སར་ནི་ཞེས་པར་བྱའོ་ཞེས་བཀའ་ཅིང་། འདིས་དགག་སྒྲུབ་ཡོད་ཀྱི་བརྒྱུ་འཕུར་གཅིག་གི་དཔེ་ལྟར་
དངོས་དྲགས་བྱུང་པར་བྱས་སོ། །

དྲགས་འཕྱག་ལས། མོ་སྒྲུབ་དང་ནི་མོ་སྒྲུབ་དག །མིང་གི་མཐའ་ལ་ཡོད་མེད་དང་། །ཞེས་པ་ནི་དྲགས་
འཕྱག་གི་སྐབས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་དྲགས་སོ་སོར་དབྱེ་བའི་སྐབས་སུ་དངོས་བསྟན་མོ་སྒྲུབ་ལྟེ་མོ་ཡིག་པ་དང་བཅས་པ་
གོང་བཤད་བདག་སྒྲུབ་པའི་སྤང་ནམས་མིང་གི་མཐར་མེད་པ་ལ་གསར་དུ་སྒྲུབ་ན་བདག་པོ་སྟོན་པའི་སྒྲུབ་ཡིན་ཅོ་ཞེས་སོ།
།

གཉིས་པ། དཔེར་བཞིན་འགོད་པ།

དཔེར་བཞིན་འགོད་པ་ནི། རྩ་བ་དག་གིས་བདག་སྒྲུབ་ཅི་ཆེན་ལོག་འབྲེལ་ཤ་ལྟག་བྱས་པའི་རྒྱན་གྱིས་
བདག་སྒྲུབ་པའི་སྤང་མང་པོ་ཡོད་བཞིན་དུ་མེད་པ་དང་། བདག་སྒྲུབ་པའི་སྤང་ཡིན་པ་ལ་མ་ཡིན་པར་འདོད་དགོས་པ་སོགས་
མིག་ལྟན་གཡང་མཚོངས་གྱི་དཔེ་བཞིན་ཅི་རིགས་བྱུང་འཕྱག་པས། ཁོ་བོ་ཅག་གིས་བདག་སྒྲུབ་པའི་སྤང་གོང་སྒྲོམ་
ནམས་ཡིན་པའི་དཔེར་བཞིན་རིམ་བཞིན་འགོད་ན། སངས་རྒྱུ་པ། བཀའ་པོ། དག་སྒོང་པ། དག་ཚུལ་པ།
དག་བསྟན་པ། ལྟ་པ། (ལྟ་དང་འབྲེལ་བའི་ལས་ཀྱི་བྱེད་ལམ་ན།) དབྱུག་པ། (ཤ་འཁོན་ཡོད་པའི་དབྱུག་པོ།
དཔེར་ན། དབྱུག་པ་བསད་ཀྱང་སྒྲིག་པ་མེད་ལྟ་བུ) བཅན་པོ། (རྟུན་དང་སོགས་ཡིག་རྒྱུང་ལས། བཅག་གི་ལོ་
ལ་བབས་སྟེ། བྱིང་བར་བཅན་པོ་བྱེས་ཁྱི་སྒོང་བཅན་གྱི་མདངས་བཏང་བར་ལོ་གཅིག་ལྟ་བུ། བཅན་པོ་ཡང་གསལ་
བས་འབྲིག་པ་བདེར་བྱས་པར་སྤང་ངོ་། །) ལྟ་པོ། འདྲེ་པོ། བདུན་པོ། ལྟ་ས་བ། ལྟ་པོ། ང་ལ། གཟུགས་
རིང་པོ་ལ། སྒྲུབ་སྒོམ་པོ་ལ། སྒྲིང་རྒྱུ་པོ་ལ། གཡོག་པོ། ཞེས་ཡོན་ཙན། འཕྱོར་ལྟ། ཡིག་ལམ་ལྟ་བུ་
དང་། ། སྐབས་རེར་བ་ཡིག་འདི་མིང་དང་བདག་སྒྲུབ་གང་གི་ཕྱོགས་སུ་ཞུགས་ཀྱང་སྒྲུབ་གདངས་འཕྱར་འགོ་བའང་
ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ལྟ་ས་བ་ཞེས་སོགས་བཞིན་པའི་སྐབས་སུ་བ་ཡིག་འདི། བ་ནི་བྱེད་དུ་སྤྲོལ་བསྐྱུག་ཟེར་བའམ།
མ་ནི་བདང་སྒྲུར་བར་བྱ་ཟེར་བ་ལྟར་ཡིག་འབྲུ་འདི་གཉིས་འབྲེལ་བ་ཆེ་བས་བ་ཡིག་བདག་སྒྲུབ་ཞུགས་སྐབས་མ་ཡི་
སྒྲུབ་གདངས་ལ་འང་སྒྲོག་དགོས་པ་དང་། སྐབས་འགར་བ་སྒྲུབ་རང་སོར་གནས་པའང་ཡོད་དེ། དཔེར་ན། ཤོག་བ་ལྟ་
བུའི་བ་ཡིག་འདི་ནི་བ་ཡི་སྒྲུབ་ལ་མི་འདོན་ཅིང་། མ་ཡི་སྒྲུབ་ལ་འང་སྒྲོག་པར་མི་བདེ་བ་ཡིན་པས། དེ་ནི་བ་ཡི་སྒྲུབ་རང་
སོར་བསྐྱུག་པ་ལྟ་བུར་མཐོང་ཞིང་། དེ་ཡང་བྱ་བ། ལྟ་བུ་ནི་བར་སོར་བསྐྱུག་ན་ཆེས་བདེ་བར་སྤང་ཡང་། བྱ་བ་
ཞེས་འདོན་ནའང་འགྲིག་པ་ལྟ་བུ་སོགས་ཕྱོགས་འདི་འདྲ་མང་དུ་མཐོང་བས་དཔེ་མཚོན་ཙན་དུ་བཀོད་དོ། ། །
བཤད་མ་ཐག་པ་དེ་དག་ནི་འདིར་གང་ཞིག་ཡུལ་དུས་འདྲ་འབྲེལ་སོགས་སྒོ་ལ་གཞོད་མེད་དུ་བདག་པོ་སྟོན་པའི་ཆོག་
སྤང་གྱི་སྒྲུབ་ཡིན་པས་སོ། ། སྐབས་རེར་རྒྱལ་པོ་དང་། བཅུན་པོ་ལྟ་བུ་མིང་མཐར་བདག་སྒྲུབ་པའི་སྤང་སྒྲུབ་ན། སྒྲིམ་
བུ་མོ་མའི་དབྱེ་བ་འབྱེད་པའང་ཡོད་པས་སྒྲོན་མེད་དོ། །ཡང་སྒྲུབ་སྒོ་ལས། བ་ནི་སྒྱི་རུ་གཞག་པ་སྟེ། །ཡུལ་དུས་
ངེས་པར་མ་བརྒྱུད་བའོ། །ཟབ་བཟའ་དང་ཟཔོ་བཞིན། །མ་ནིང་དག་དུ་གཞག་པར་བྱ། །ཞེས་དང་། རང་འབྲེལ་
དཔེར་བཞིན་ལས། བྱ་བའམ། བདག་གི་ཆོག་གས། གཞན་གྱི་ཆོག་དུ་མི་སྟོན་པའོ་ཞེས་བ་ཡིག་བདག་སྒྲུབ་མི་
འཕྱག་པར་བཤད་ཡོད་མེད་ནའང་སྒྲོན་མེད་དེ། ཅོ་མ་པ་པོ་རང་ནི་དུ་སྒྲིར་བོད་གྱི་སྒྲུབ་ཡིག་དང་། ཡང་སྒོམ་བདག་

གཞུང་པའུ་པའུ་

སྤྱི་ལོ་འདིར་གོ་མཁན་པ་ཆུང་བར་ཤེས་ནུས་ཏེ། མི་དུས། སྤྱི་ཚུ་འབྲེལ་དུ་འདིར་མ་བརྟན་པའི་ཕྱད་སོགས་
མང་དུ་བཤད་ཅིང་ཕལ་ཆེར་ལེགས་བཤད་དུ་འདྲ་ཡོད་ལ་སྤྱི་ཚུ་མཛོད་པའང་དུ་མ་མཐོང་མོད་ཅེས་དང་། ཡང་སྤྱི་ཚུ་
ཅ་འབྲེལ་དང་སྤྱི་པ་ཀུན་ལ་འདུག་པའི་སྤྱི་ལོ་བརྟན་བཅོས་ཅ་འབྲེལ་འདི་ནམས་ལའང་མི་འཐད་པ་ཤིན་དུ་མང་ཞིང་
མཁས་པ་གཞན་གྱིས་གཞོན་ཕྱིད་བཞེད་པ་གནད་དུ་སོང་བའང་མང་བར་སྤང་བས་འཕགས་ཡུལ་མཁས་པའི་ལེགས་
བཤད་ནི་མིན་པར་ངེས་མོད་ཅེས་སོགས་འཆོགས་པའང་སྤང་ལ། དེ་ལྟར་མ་ཡིན་ན་ཁ་སྤྱད་དང་། ཆོས་སྤྱད་གང་
ལའང་ཁ་ལོ་བ་དང་། མོ་ཉ་བ། མཛའ་ལོ་སོགས་བཅོ་བདུག་སྤྱར་འགྲོ་བ་ནམས་དང་དངོས་སུ་འགལ་བའི་ཁས་མི་
ལེན་ན་མཛོད་སུམ་ལ་བརྟན་པའི་སྤྱི་ཚུ་པར་ཟད་དོ། །

གསུམ་པ། བདག་སྤྱད་དགག་སྤྱད་གཉིས་ཀྱི་ཅ་ཆེག་གཞན་དང་མི་འདྲ་བར་ཁྱ་སྤྱད་ ཐོག་བཞག་དོན།

བདག་སྤྱད་དགག་སྤྱད་ཅ་ཆེག་ཕྱད་ནས་དབྱེ་གཞན་དག་བརྟན་པའི་ཅ་ཆེག་དང་མི་འདྲ་བར་ཁྱ་སྤྱད་
ཐོག་བཞེད་དགོས་དོན་ནི། ཅ་ཆེག་འདི་གཉིས་ཐོད་སྤྱད་དུ་རང་སོར་བཞག་ན་ཕོ་ཉག་སྤྱད་དང་མོ་ཉག་སྤྱད་ཞེས་འབྱུང་
བས། ཉག་སྤྱད་འདུག་གི་སྤྱབས་སུ་ཕོ་མོ་མ་ནིང་གི་ཉག་སྤྱད་དང་འབྲུལ་བའང་དོགས་ནས་ཁྱ་སྤྱད་ནང་བཞག་ལ།
གཞན་ཡང་འདི་གཉིས་ཀྱི་ཅ་ཆེག་ཐོད་སྤྱད་ནང་ཡོད་པ་ལས་དེ་ཡོད་བཞིན་བརྟན་ན་ཆེག་སྤྱན་ལ་བརྟན་ཕྱུ་འབྲུམ་པ།
འབྲེལ་བདེ་ཞིང་གཞན་དང་འབྲུལ་དོགས་མེད་པའི་ཁྱད་ཆོས་དུ་མ་དང་ཐུན་པས་མཁན་པོས་དེ་བཞིན་དུ་མཛའ་དོ་
ཞེས་སྤྱོད། །

བཞི་པ། བདག་སྤྱད་དང་འབྲེལ་བའི་དགག་སྤྱད་ཅ་ཆེག་ལ་འབྲེལ་བ།

བདག་སྤྱད་བཤད་ཀྱིས་དགག་སྤྱད་ཅ་ཆེག་ལ་རྩུར་ཙམ་འབྲེལ་དགོས་པ་ལྟ་བུ་མཐོང་བས། ཁ་ཅིག་གིས་བདག་སྤྱད་
ཅ་ཆེག་ཐོད་རྩུར་བཀའ་ན། འོན་དགག་སྤྱད་ཅ་ཆེག་རྩུར་འབྲེལ་ལམ་ཞེན་སྤྱོད་མེད་དེ། ཅ་བ་ལས། མིང་གང་གི་ནི་ལ་
མཐའ་ན། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། དེ་ལ་སྤྱི་ལོ་སྤྱད་ན། དགག་པའི་གནས་སུ་ཤེས་པར་བྱ། ཞེས་འབྱུང་བར། མཁན་
པོས་བདག་སྤྱད་བཤད་མཐག་པར་དགག་སྤྱད་བཤད་པས། དགག་སྤྱད་ཕྱད་བདག་སྤྱད་དང་ཉ་ཅང་གི་ཉི་ཤེས་ཅེ་ཞིག་དེ་དང་འབྲེལ་
བ་ཡོད་པ་ཤེས་སྤྱད་ལ། སྤྱིར་དཔྱད་ཐུན་ནམས་ཀྱིས་སྤྱད་གང་དང་སྤྱོད་དུ་བྱུང་བ་ལ་སྤྱོད་ནས་དགག་སྤྱད་བརྟན་པའི་གཞུང་སོགས་
རྩེས་སུ་བཅོས་པའི་གནས་ལུགས་ཁོང་དུ་ཆུད་སྤྱད་པས། དགག་སྤྱད་ཕྱད་མ་མི་སོགས་ཡིན་པ་ཡིག་གཞུགས་དང་སུམ་ཉག་སྤྱད་
གཞུང་ལུགས་སུ་བྱུང་བའི་སྤྱོད་ནས་སུ་བཅོས་ནང་། མཁན་པོས་དགག་སྤྱད་ཕྱད་སོགས་གཏན་འབེབས་བྱ་དགོས་པས། སྤྱི་
ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ།
དགོས་ཤིང་། མོ་སྤྱོད་པ་ཉག་སྤྱད་ནང་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། སྤྱི་ལོ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ།
ཉག་སྤྱད་ཀྱི་ཅ་བར། མོ་ཡི་ཡི་གེའི་ནང་ནས་ནི། འབྲུག་པའི་ཡི་གེ་བཅུ་དབྱུང་བྱ། འབྲུག་པ་བཅུ་ཡི་ནང་ནས་ནི།
ཁྱོད་འབྲུག་ཡི་གེ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ། ཞེས་པའི་མོ་ཙམ་དང་། ཤིན་དུ་མོ། མོ་གཤམ་དང་གསུམ་པོ་སོ་སོར་མ་ཐུས་པའི་མོ་ཡིག་ནི།
ཤུའི་ནང་ནས་མོ་མ་ཡིག་ལ་གོ་དགོས་ཤིང་། ལྷ་ལྷ་མེད་པ་ཉག་སྤྱད་ནས་སུ་གང་ས་ལ་གོ་དགོས་སོ། ། འོན་ཕུ་ལྷ་ལྷ་མེད་པ།

སྐབས་སུ་པ་སྒྲེའི་གསལ་བྱེད་བཞི་ཀར་འབྱེལ་ཅིང་། སྤྱི་ལོ་སྐབས་སུ་མོ་ཡིག་ཉི་ཤུའི་ནང་མ་གཅིག་ཕྱེ་ལ་བབས་དོན་ཅི་
ཡིན་ཞེན་མི་འདྲ་སྟེ། ཡུན་པ་ཡིག་ལ་གོ་ལ། པ་ནི་སྤྱི་ཚན་འབྱེད་སྐབས་པ་སྒྲེའི་ཡིག་འབྱེད་བཞི་ཀའི་ཐོག་མའི་མིང་གིས་ཁྱབ་
མཁུ་གྱི་སྤྱི་དཔོན་ལྷ་བུ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། སྤྱི་ལོ་སྐབས་པ་སྤྱི་ཚན་པ་སྤྱི་ཚན་གྱི་ཉུག་མ་ཙམ་ལས་པ་སྒྲེའི་འབྱེད་བཞི་
ཀར་ཁྱབ་མི་དགོས་སྐབས། དཔེར་ན། བཅུ་དཔོན་ཞེས་བོས་ན་བཅུ་དཔོན་དང་བཅས་པའི་མི་བཅུ་ཀའི་ཁར་དབང་ཐང་སོགས་
ལྷན་དུ་འབྲེལ་ལ། བཅུ་དཔོན་གྱི་འོག་དུ་མི་བྱེ་བྲག་པ་ཞིག་ལ་བོས་ན་མི་བྱེ་བྲག་པ་དེའི་བདེ་སྤྱག་གི་འབྲེལ་བ་ཙམ་ཡིན་པ་བཞིན་
ནོ། །

གངས་ཅན་ནམ་མཁའི་ངོས་ཡངས་སུ། །

མཁས་པ་སྐར་ཚོགས་མངས་བྱོན་གྱང་། །

བདག་སྐྱེ་ཆུ་སྐྱེས་ཁ་འབྱེད་པོ། །

བདག་སྐྱེའི་ཉི་མ་ཐོག་མར་ཤར། །

སྤྱི་འབྲེལ་ཆང་ཆིང་སྤྱག་པོ་ཡིས། །

བདག་སྐྱེའི་ཆེག་དོན་བསྐྱིབས་ན་ཡང་། །

དེང་ཆོ་བདག་གི་སྐལ་བའི་ཆུ་ལ། །

འབྲེལ་བས་ཐོན་མི་དབྱིས་ཞལ་འཇུག། །

མཁས་ཉམས་བྱས་ནས་གཞན་ལུགས་མ་བཀག་ཅིང་། །

སྐྱོ་ཉམས་བསྐྱེན་ནས་གཞན་རྗེས་མ་འབྲངས་ལ། །

རང་གཞན་ཀུན་གྱི་སྒྲོ་གོས་ཞིབ་བསྐྱར་ནས། །

ནམ་དཔྱོད་རིག་ཅལ་ཐུང་སུམ་པ་འདི་སྤྱུམ། །

ཞེས་གྲང་སྒྲུའོ། །

བདག་སྐྱེའི་སྐོང་ཅུང་ཐང་བཤད་པ་འདི་ནི་གྲས་པ་དག་དབང་བྱམས་པས་འཕགས་ལུལ་བཞུགས་སྐར་གྱི་ཉི་ཤུ་གསུམ་
ན། གངས་རྒྱུངས་ཀྱི་ཤེས་བྱའི་གནས་མངོན་པར་མཐོ་བའི་མ་ལུམས་རྩ་བོ་དཀྱིལ་ཐོ་རིམ་སྐོབ་གཉིས་ཁང་གི་ཡང་ཐོག་
གནའ་དེང་གི་དཔེ་ཚོགས་ཀྱིས་ཡོངས་སུ་ཐུག་པའི་དཔེ་མཛོད་ཁང་ཆེན་མོར་རང་སྐྱོང་གི་ཆུ་ལ་དུ་བོད་རྒྱལ་ལོ་ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་
སོ་གསུམ། མགོ་ཐུབ་པའི་ཆོས་ཉིར་དུག་དང་། ཕྱི་ལོ་༡༠༠༧། ༠༡། ༡༤་ཉིན་རྒྱུགས་པར་སྤྱར་བའོ། །

ཏཱ་ལྷོ་བ་གྲུ་གང་ཞིག་ཡིན་ཅུང་སྒྲོ་བ་མའི་ཐུགས་བསམ་དོན་ལྷན་ཞིག་ཕྱུང་བུ་
མིན་དགེ་རྒྱན་ལ་རག་ལས་ཤིང་། དགེ་རྒྱན་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཀྱི་བའི་གཞི་ཅའི་འགན་སྲུང་ཡང་
ཡིན།

ཡིད་བཞིན་དབང་རྒྱལ་ནས།

ཀྱང་དོགས་པ་བྱ་བ་འདི་ཡོད་དེ། གོང་དུ་བྲངས་མ་ཐག་པའི་འགྲེལ་ཆེན་ལས། ཀྱིས་ཀྱང་སྟེ་ནམས་ནི་འདུག་པའི་
ཡི་གེ་དང་ལྷན་གཅིག་པའི་སྐྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར་འདིར་ཡང་གསུངས་པ་ཉིད་དོ། ཞེས་གསུངས་པས། འོ་ན།
འབྲེད་སྟེད་ཀྱི་ཏམ། ཨི་ལྷན་གྱི་ཡིས། དེ་བཞིན་ཅིང་དང་ཞིང་སོགས་རེ་རེ་ནས་ཆོས་ཅན། སུམ་ཅུ་པའི་སྐབས་
འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་དགོས་པར་ཐལ། དེ་ནམས་འདུག་པའི་ཡི་གེ་ནམས་དང་ལྷན་གཅིག་པའི་སྐྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་
པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་ཐལ། འབྲེད་སྟེད་ཀྱི་ཏམ་དང་ཨི་ལྷན་གྱི་ཡིས་ནམས་མིང་གཞིའི་ཡི་གེ་དང་ཡ་
གཉིས་འདུག་པའི་ཡི་གེ་མ་དང་ས་གཉིས་ཀྱི་སྐྱ་དང་ལྷན་གཅིག་པའི་སྐྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་ཕྱིར། མ་གྲུབ་ན། དེར་
ཐལ། ཀྱི་ཀྱིས་ཀྱང་ནམས་འདུག་པའི་ཡི་གེ་ནམས་དང་ལྷན་གཅིག་པའི་སྐྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་མིང་
གཞི་ཀ་ལ་ལྷ་ལི་དང་མཐའ་རྟེན་འདུག་པའི་ཡི་གེ་ས་དང་སྐར་བ་ཡིན་པའི་ཕྱིར། བྲལ་པར་ཐལ། དེ་ལས་གཞན་
འདུག་པའི་ཡི་གེ་དང་ལྷན་གཅིག་པའི་སྐྱ་གཙོ་བོར་གྱུར་སྟངས་བཤད་དུ་མེད་པའི་ཕྱིར། ལན་མེད་དོ།

དེ་ཡང་ཕྱིས་ཀྱི་འགྲེལ་བྲེད་མཁན་པོ་ནམས་ཀྱིས་སྐབས་འདིར་མིང་གཞི་རྒྱུད་པའི་ཕྱད་བདག་སྐྱ་ཙམ་
ལས་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་མ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ཙམ་དུ་བཏོན་ནས་བཤད་པ་ལས། མིང་གཞི་རྒྱུད་པའི་ཕྱད་
བདག་སྐྱ་ཙམ་སྐབས་འདིར་དངོས་སུ་བསྟན་དགོས་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་ཉིན་མོའི་སྐར་མ་དང་མཚུངས་ཤིང་དོགས་པ་
སྟོན་མ་ཞིག་ཀྱང་སྐྱེས་སྲིད་པ་ཡིན།

ཉི་ཐའི་ཆར་ཕན་ལ་བཀའ་བྲིན་ཆེ་བའི་བད་སྟོད་ཀན་ལགས་ཀྱིས་ཁྱིད་རྒྱན་ནམ་གསུང་རྒྱན་དུ་གྲགས་པ་
ནི། སྐབས་འདིར་བདག་སྐྱ་གཅིག་བྱ་དངོས་སུ་བསྟན་པའི་རྒྱ་མཚན་ནི་བྱུང་ཆོས་བཞི་ལྷན་དུ་བཤད་པར་མཛད་ཅིང་།
བྱུང་ཆོས་བཞི་ནི། མིང་གཞི་ཁོན་ལས་བྱུང་བའི་ཕྱད་ཡིན་པ་དང་གཅིག་ མགོ་འདོགས་གང་གི་ཀྱང་མ་རྒྱན་པའི་
ཕྱད་རྒྱུད་པ་ཡིན་པ་དང་གཉིས། བདག་སྐྱའི་སྐབས་འདིར་ཕྱད་ཀྱི་བསྟན་བྱ་གཙོ་བོ་ཡིན་པ་དང་གསུམ། དངོས་
བསྟན་དུ་གསུངས་པ་གང་ཞིག་ཕྱད་རང་དབང་ཅན་ཡིན་པ་དང་བཞི་བཙས་སོ། ཞེས་འབྲུང་བས་འདིར་སྟོ་ལྷན་
མཐའ་དབྱུང་པའི་ཡན་ལག་དུ་བཀོད་པའོ། །ཐམས་ཅད་བཀྲ་ཤིས་ཤོག།

སྐད་ཡིག་སྒྲིབ་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཕྱན་བུ།

རིག་གནས་ཀྱི་ལུང་། བཀྲ་ཤིས་རྒྱ་མཚོ།

སྤྱིར་འཇམ་ཐྱིང་འདིར་ཡོད་པའི་མི་རིགས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ཡང་། མི་རིགས་དེའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ལ་
དར་རྒྱུད་འདྲ་མིན་ཞིག་བྱུང་དང་འབྲུང་བཞིན་པ་བཤད་མི་དགོས་པ་ཟུར། ང་ཚོ་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་ཀྱང་བཟོད་ལམ་དེར་བརྒྱུད་
དགོས་པ་ནི་རྒྱུ་ཏུ་མེད་པ་ཞིག་རེད་ལ། ད་ལྟའི་དུས་སྐབས་སུ་ང་ཚོའི་སྐད་ཡིག་འདི་ཆེས་རྒྱ་མཚན་དང་གཉན་འཕྲང་ཙན་ཞིག་གི་
ནང་ལྟར་ཡོད་པ་འདྲ་ཆར་མས་མ་བྱེད་གསལ་པར་དེ།

འོན་ཀྱང་དེ་ལས་ཉེན་སྲུང་བྱ་བ་ལེན་པ་ལས་ཞིག་ཡོད་དེ་ལས་ཞིག་ལོས་ཡོད། དེ་ནི་སྐད་དང་ཡི་གེ་གཉིས་ཀྱི་ཁོར་
 ཡུག་ཡག་པོ་ཞིག་བསྐྱུར་བྱུང་བའི་ཡིན་ལ། ཁོར་ཡུག་དེ་ལ་ཡང་རྣམས་པ་གཉིས་ཡོད་དེ། གཅིག་ནི་སྐད་ཡིག་སྤྱང་སའི་ཁོར་ཡུག་
 དང་། གཞན་ནི་སྐད་ཡིག་གོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཡིན། དེ་གཉིས་ལས་སྐད་ཡིག་གོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཡག་པོ་ཞིག་བཅོ་
 བྱ་བ་དང་མི་བྱུང་དེ་སྐད་ཡིག་དེ་ཆག་འཛིག་ལ་བྱུག་པའི་གནད་དོན་གལ་ཆེན་ཞིག་རེད། འདྲི་སྐད་ཡིག་གོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་
 ཡུག་ཡག་པོ་ཟེར་བ་དེ་སྐད་ཡིག་དེ་དུས་རབས་དང་མཐུན་པའི་སློན་སྐད་མི་རིགས་རང་ཉིད་ཀྱི་བྱ་གཞག་དངོས་ནད་གོ་ལ་སྤྱོད་
 ཡོད་པ་ཞིག་ལ་ཟེར་གྱིན་ཡོད། དེ་ཡང་མི་རིགས་དེའི་ཉིན་རེའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཁྱབ་ཁོངས་སུ་ཡོད་པའི་ཆོད་རྒྱ་དང་ཆོད་རྒྱ་སྤྱོད་
 རྒྱར་སྤྱོད་ཀྱི་བཅོ་འཕྲུལ་ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་གསར་འགྱུར་དང་། ཁྱབ་བསྐྱེད་ཀྱི་གཞུང་དང་གཞུང་འབྲེལ་མིན་པའི་ཡིག་
 ཆ། ཆོད་རིག་དང་འབྲེལ་མ་འབྲེལ་གྱི་གནད་དོན་ཀྱང་དང་། རྒྱལ་རབས། ཆོས་འབྱུང་། དེ་དང་མཉམ་དུ་ཐོན་སྐྱེད་ནུས་
 བྱུགས་སུ་གྱུར་བའི་མི་དང་འབྲེལ་ལྡོག་སོགས་ཀྱི་འབྲེལ་འདྲིས་ཀྱི་ལག་ཆར་འགྱུར་དགོས་པ་ཞིག་ལ་ཟེར། དེ་ལས་ཐོག་ན།
 སྐད་ཡིག་དེའི་གོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ཡག་པོ་མེད་པའི་དྲགས་མཚན་སྟོན་གྱིན་ཡོད་ལ། དེ་དང་ཆབས་ཅིག་སྐད་ཡིག་དེ་སྤྱང་
 སའི་ཁོར་ཡུག་ཀྱང་ཉམས་ཞན་དེ་འགྲོ་བཞིན་ཡོད། དེ་ལས་ཉེན་ཆབས་ཆེ་བ་ཞིག་ལ་སྐད་ཡིག་དེ་འཛིག་ཉེན་ཡོད་ལ། སྐད་
 ཡིག་འཛིག་ན་སྐད་ཡིག་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་མི་རིགས་ཀྱང་མཉམ་དུ་འཛིག་འགྲོ་བ་ལས་གནས་ཐབས་རྩ་བ་ནས་མེད་པ་རེད། གང་
 ཡིན་ཟེར་ན། མི་རིགས་ཤིག་མི་རིགས་གཞན་དང་ཐད་དེ་ཡིན་མིན་གྱི་ཆ་རྒྱུན་གཙོ་བོ་ནི་མི་རིགས་དེའི་སྐད་དང་ཡི་གེ་ལ་བྱུག་
 འདུག་པས་སོ།།

དེ་ཡང་སྤྱི་ལུ་ལེན་གྱིས་སྐད་ཆ་འདི་འདྲ་ཞིག་བཤད་ཡོད་དེ། གལ་ཏེ་མི་རིགས་ཤིག་རྩ་མེད་བཅོ་འདོད་ན་སྤྱོད་ལ་མི་
 རིགས་དེའི་སྐད་ཡིག་རྩ་མེད་བཅོ་དགོས་གསུངས་པ་དེ་དོན་ལ་གནས་པ་ཡིན། སྤྱིར་དུ་ཆོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཁོར་ཡུག་
 སྐར་སྐྱེད་ན། ང་ཆོད་སྐད་ཡིག་གོ་ལ་སྤྱོད་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དེ་ཏ་ཅང་རྒྱུ་རྒྱུ་ཞིག་ཆགས་ཡོད། སྤྱིར་དུ་ཆོད་སྐད་ཡིག་དང་དེ་
 ལ་བརྟེན་པའི་རིག་གཞུང་གཉིས་ཏ་ཅང་ལྟག་པོ་དང་ལོ་རྒྱུས་ལྷན་རིང་ལྷན་པ་ཞིག་ཡིན་མོད། དེ་དུས་ཤིས་ཡོན་གྱི་གནད་དོན་
 མང་པོ་ཞིག་ང་ཆོད་སྐད་ཡིག་ནད་བསྐྱེད་བྱུང་གིན་མེད་པའི་ཉེར་ལེན་ལ་བརྟེན་ནས། ང་ཆོད་སྐད་ཡིག་གིས་ང་ཆོད་དགོས་
 མཁོ་ཆ་ཆར་སྤྱང་བྱུང་གིན་མེད་པ་དེ་དོས་འཛིན་གསལ་པོ་བྱས་ནས། མི་རིགས་གཞན་གྱི་དེད་དུས་ཀྱི་ཤིས་ཡོན་གྱི་ལུགས་
 བྱང་རྣམས་ཀྱིས་རང་མི་རིགས་ཀྱི་སྐད་ཡིག་གི་ཞན་ཆ་དང་། སྤྱོད་ཆ་དེ་བསྐྱེད་བྱུང་བ་ཡིན་ན་རང་རེའི་སྐད་ཡིག་གི་ཁོར་ཡུག་
 ཡག་པོ་ཞིག་ཆགས་ནས་ད་ལྟའི་ཉིན་ཁའི་གནས་ལས་འགྲོ་ལ་བྱུང་པར་མ་ཟད། མ་འོངས་པར་བོད་ཀྱི་སྐད་ཡིག་དེ་ལ་བརྟེན་པའི་
 རང་མི་རིགས་འདི་ལྷན་རིང་འཆོ་གནས་བྱུང་པར་འགན་ལེན་ཁྱེད་བྱུང་པོ།།



ཤིས་ལྷན་རྣམས་པས་གནས་ལུགས་ཤིག་ཤོད་དང་། སློབ་གྲྭ་ཆེན་མོ་

མཐར་ཐྱིན་པའི་སློབ་མས་ཀྱང་སུ་མ་དྲགས་དག་གསུམ་གྱི་མང་གཞི་འི་ཤིས་བྱ་ཅམ་ལས་

གཞན་གང་ཡང་མ་ཤིས་ན། བྱ་ཆོད་འཆོ་གནས་ཀྱི་ཉིན་ཁ་སུ་ཡིས་ཞོག

ཞོགས་དུང་གིས།

पञ्चकदम्बिनि



ང་དང་དགེ་འདུན་སྦྲེན་པ།

འདོད་བརྟེན་ལ། རིག་གནས་ཀ་བ།

ང་མོར་བཤད་ན། དགེ་འདུན་སྦྲེན་པ་དེད་གཉིས་ནི་ཤེས་བྱའི་རྩོམ་གྱིས་ལྷག་པའི་མཁས་པ་ལས་བྱས་ཤིང་སྙམ་གྱི་མི་སྣ་རྣམས་ཆེན་འདྲ་མིན་པས། དེད་གཉིས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དེ་མི་ལ་བཤད་རིན་དང་དེབ་དུ་འབྲི་རིན་ཞིག་མེད་ལ། འབྲི་ཡང་བསམས་མ་ཐུང་མོད། གཞུང་གི་ལས་ཁུངས་དང་བྲལ་ཤིང་ལྷ་ལོ་འཆོལ་མ་འདིར་བསྟེན་གས་ཤིང་། ཡུན་རིང་ཞིག་ལ་འཆོལ་སྤངས་འདིར་མ་གོ་མས་པས་སྤྱད་སྤང་གིས་འགྲོ་བའི་འདུག་བའི་ཞིག་གཏན་ནས་མ་བྱུང་། དེ་བས། ཚུལ་ཡིག་འདྲ་བྲིས་ཏེ་ཉི་མ་འབྲེལ་ཐབས་བྱས་པ་ཡིན། རིམ་གྱིས་ཚུལ་རིག་ལ་དབྱིངས་ཞུགས་ཏེ་སྦྲོན་ཆད་ཡིད་ལའང་བྲན་ཐུང་མེད་པའི་སྦྱང་ཚུལ་མཁན་ཞིག་བྱེད་འདོད་ཀྱི་སྒྲོང་བསམ་ཞིག་གིས་ང་དང་གྲོགས་པའི་གནས་ཚུལ་ངོ་མ་དེ་ཡིག་ཐོག་དུ་བཀོད་དེ་སྦྱང་ཚུལ་མཁན་ཞིག་བྱེད་བྱུང་མིན་ལ་ཐོག་མའི་ཆོད་ལྟ་བྱས་པ་ཡིན།

༡

དགེ་འདུན་སྦྲེན་པ་དང་ལྷ་སྦྱོར་སངས་ཏེ་གཉིན་བསྐྱིགས་ཟེན་ཅིང་བྱ་བུ་མོ་ཡང་གཉིས་ཡོད།

ངས་དགེ་འདུན་སྦྲེན་པའི་གཏམ་རྒྱུད་དེ་ཐོག་མར་སྒྲོབ་ཆེན་མཐར་ཐུན་ཁ་མར་ཐོས་པ་ཡིན། གཟུང་སྟེན་པའི་ཉིན་གུང་ཞིག་ལ། ང་སྒྲོབ་ཁང་དུ་འཕྱེལ་དུས་བུ་མོ་འགའ་དུ་ངག་མེད་པར་མིག་རྩ་འབྱེན་བཞིན་འདུག་སྟེ་ཆང་ཁས་ཀྱང་སྒྲོམ་དོག་ཅིག་བསྟན་འདུག། ཡར་བལྟས་ན་ཐུང་ན་གྱི་ཆོག་མཐུན་འདུ་ཞིག་ཆོག་མཐུན་ཡོད་པ་དང་མཚུངས། མོ་བུར་དུ་ངའི་སེམས་ལ་སྒྲོབ་ཁས་”དོན་ཡོད་ཞགས་པ་”མེད་པར་”ཡིད་འཕྲོག་མ་”ཞིག་འཛིན་འདོད་དེ་”ཆོ་འཕུལ་”ཞིག་བསྟན་པ་དེད་སྟེ་ཉི་ཀྱུ་རེ་ཞིག་ཅིས། དོན་ངོ་མར་ཀྱུ་རེ་ནི་ཐོག་དོག་དབང་གིས་ཡིན་པ་སྒྲོལ་མས་ཆོར་མོང་བ་འདྲ། སྒྲོབ་ཁས་ནས་རྒྱ་རྒྱར་ཁ་ནས་སྒྲོབ་འཕྱར་རྒྱ་བར་བཤད་རིམ་མི་བྱེད་པར་ཁྱ་སེམས་མེར་སྒོར་བྱེད་ཅིང་བུ་མོ་གཞན་དག་གི་ཆེས་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་སོང་ཤིང་། སྒྲོལ་མ་ངའི་གནད་ཡོད་ནས། “ཁྱོད་འདི་བུ་མོ་ཞིག་གི་འདྲ་སྟེ་ཡིན་དོན་ཅི་ཡིན་ནམ་”ཟེར།

“བརྟེན་དང་ཟེར་བ་དེ་འདི་འདྲ་ཞིག་རེད། ནམ་རྒྱུ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཐོ་གསར་གཞན་དང་ཁ་བརྟེན་པ་མཐོང་ནའང་ངའི་སེམས་མི་བའི་བས། ད་རིས་ཁྱོད་གཞན་གྱི་སྒྲོང་ཆར་སེམས་འགྲུལ་ཐེབས་པའི་རྒྱལ་ཀ་འདི་རིག་ན། ང་ཁ་འོག་གིར་སྦྱོད་བྱུང་བམ་” ངའི་སྒྲོང་ཆ་དེར་རྒྱས་པ་ཅི་ཡང་མ་ཐོན་པ་འདྲ། ཁོ་མོས་ང་ལ་མིག་ལོག་ཅིག་བལྟས་པ་ལས་ཁ་མ་བྲགས།

ལུང་ཙམ་འགོར་ཤིང་། “བཀྲ་ལོས། (སྒྲོབ་ཁས་དངོས་མེད་ཡིན) གཏམ་རྒྱུད་ཅིག་བཤད་སོང་། རོ་མ་ཡིད་སེམས་སྦྱུལ་བྱུང་བ་ཞིག་རེད་” ཟེར།

“ལྷ་ཆང་ཁས་བཤད་པར་ཡིད་ནོན་མི་རུང་། ཁོ་བྱ་མོ་ཆོར་མགོ་སྐོར་གཏོང་མཁས་པ་རེད། གཟམ་གཟམ་བྱས་མ་གཏོགས། ཉིན་ཞིག་ཁྱོད་རྗེ་ལྷར་བཙོངས་པའང་ཏུ་གོ་ཡི་མ་རེད། གང་ལྷར་ཀྱང་། གང་ལྷར་ཀྱང་ཉི་དོན་དངོས་མིན་པས་ཁྱོད་ཆོ་བྱ་དགོས་པ་མ་རེད།”

“ཁོས་དགེ་འདུན་ཟེར་བའི་ལུ་བཞིག་དང་ཕུ་མོ་ཞིག་གི་གཏམ་རྒྱུད་པགས་བྱུང་། ལུ་བའི་ཁོ་ཚེ་ལུ་བའི་
ཡིན་ཟེར། རོ་མ་སྟེང་རྩེ་བཞིག་རེད། དེ་ཆང་མ་དོན་དོས་ཡིན་པ་ལས་རྩལ་བཟོ་བྱས་པ་ཞིག་མ་རེད། ཁྱོད་ནམ་
ཡིན་ཡང་མི་ལ་ཡིད་ཆེས་མེད་པ་འདྲི་ཅི་རེད”ཆོར་ཕྱགས་ནོལ་བའི་ཁོ་མོ་འི་ནམ་འགྱུར་དང་ཁ་མི་གསལ་བའི་སྐད་ཆ་དེས།
ང་ལ་རང་དབང་མེད་པར་གཏམ་རྒྱུད་དེར་ཉན་འདྲི་ཅིག་གྱུར་མོང་།

ཁོ་མོའི་ཁནས་གདམ་རྒྱུད་དེ་བེངས་གཅིག་ཉན་ཆར་རྩེས”གདམ་རྒྱུད་སྙན་མོ་ཞིག་རེད། འོན་ཀྱང་། ལུ་
 ཆང་ཁས་དོག་བཟོ་བྲམ་པ་ཡིན་སྲིད། གཤམ་སྲིད། དེཌ་པ་ཡིན་ན། ང་བེངས་འདིར་དངོས་སྦྱོང་དུ་མོང་ན་བདེན་
 མིན་མི་ལ་བྲིས་ཆོག” ངས་དེ་ལྟར་བརྗོད་པར་མོས་ང་ལ་”ས་དེའི་བྲམ་མོ་ཆོ་མོ་སྐོ་ཡག་རབས་ཟེར། བློད་ཀྱང་།
 དགེ་འདུན་སྦྱོན་པའི་རྩེས་སྐུ་མི་འགོ་བེར་བྱུང་བས་”ཟེར།

“བྱོད་གྱི་སེམས་བདེ་མོ་བྱོས། ངའི་ཡིད་ན་སྒྲོལ་མ་གཅིག་མ་གཏོགས་གཉིས་མེད་”

“ངོ་མ་བཤད་ན། ང་ལ་ད་དུང་སེམས་བྱལ་ཞིག་འདུག”

མོས་གཟབ་ནན་གྱིས་བཤད་ཅིང་དེའི་ཚུར་ཅི་ཞིག་ལ་བསམ་གཞིག་གྱེད་པ་ལྟར་གནས་གཅིག་ལ་ཅེར་ནས་

བསྟན་བྱུང་།

“ཡིད་མི་ཆེས་ན། ངས་མནའ་……”

“མནང་བསྐལ་མེད་མོས། རས་དེ་མེར་གྱིན་མེད་” རས་མནང་བསྐལ་གྲུབས་ཀྱིད་སྐབས། མོས་
སྤྱར་དུ་ལག་གཡས་པས་འའི་མཆུ་རྟེན་བས་ལ་སྒྲུན་ཏེ་ཤག་གཏུང་།

“དེས་ན་……?”

མོས་ལུད་ཙམ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བཏང་རྗེས་”སྤྱད་སྤྱར་ཡོང་ན་དགོངས་རེད་”ཅེས་ལན་མ་ཡིན་པའི་ལན་ཞིག་
བཏབ་བྱུང་།

7

ཞིན་པེ་འཕགས་ཀྱི་དོན་གསུག་སྤེལ་ཞིག་ལ་ཞིབ་འཇུག་གྱུར་བ་ཞིན་ཡོད། ཅུ་ཚོད་བརྒྱ་བ་ཡོལ་ཙམ་ལ་
མི་ཞིག་གིས་རྒྱོད་བྱུང་ས་བྱུང་།

མི་དེ་ནི་པོ་ཚོ་དེ་ལ་ཆེ་ར་དང་དང་། ལུས་ལུས་བྱམ་བྱམ་གྱིས་ནང་དུ་བརྟུ་བ་རྒྱུ་ལྟེ་གཉེན་མྱིག་དཔང་ཡིག་ལེན་མ་
འདི་ཞེ་མོད་”ཅེས་བྱིས་ལྟར་།

“འདིན་པ་མོ་ཁྱིམ་གྱི་གཞུང་རྒྱུ་བ་ཁང་རེད། གཞིན་མྱེད་ཀྱི་ལྷན་པུས་མོ་གཞིན་པུས་ཀྱི་ས་པུས་
ཁང་མི་ལྷན་པུས་རེད། ཁྱོད་ཁྱིམ་གྱི་ས་པུས་ཁྱིམ་མོ་གཞིན་པུས་”

སྐབས་དེར་བྱད་མེད་ཅིག་ནང་དུ་འཕྱལ་དེ་ང་ལ་ཞིབ་དུ་བཞུགས་བྱུང་། ལྷུས་ཡོད་ཅིག་ཡིན་པ་འདྲ་མོད། རོ་ཤེས་མ་
བྱུང་བས་”ཁྱོད་” ཅེས་རྟོག་མགོ་སྐྱོང་མ་ཐག་བྱད་མེད་དེས་ངའི་ཆོག་མཆོམས་བཅད་དེ་ཚུར་ཁ་གསལ་བྱུང་
།

“ང་ལྷ་ཅ་ཆོ་ཡིན། ལྷ་ མོ་ མཆོ། སྐད་ལ་ཉན་ནས་ཁྱོད་རེད་བསམ་བྱུང་”

“ཨ་ཅོ། ཁྱོད་འདིར་ཡོང་དོན་ཅི་ཡིན། འདིར་སྡོད་དང་” ངས་དེ་ལྷར་སྡེ་ལེན་བྱེད་ཁྱུ་ལ་བྱས་མོད།
མོས་གསལ་བྱ་དེར་ལྷ་ཙམ་བྱས་ཏེ་དོགས་མི་བདེ་བའི་ཉམས་ཤིག་སྟོན་བཞིན་མགོ་སྐྱོར་ནས་”ངེད་གཉིས་གཉེན་སྒྲིག་
དང་ང་ཡིག་ཟེན་དུ་ཡོང་ང་ཡིན་” ཞེས་སྟོན་བྱུང་།

སྐབས་དེར་ངས་མོ་གསལ་དེར། “ལ་ འདིར་སྡོད་དང་། མིང་ལ་ཅི་ཟེར་” ཞེས་དྲིས་པ་ན། ལྷ་
མོ་མཆོས་ “ཁོ་དགེ་འདུན་རེད། ལོ་དེར་ཁྱོད་ཀྱིས་ངའི་ལག་དུ་སྟོར་ལྷ་བརྒྱ་བཞག་ནས་ཁོ་མཇལ་སྟོར་དུ་བྱིད་ན་
བཟང་ཚུལ་བཤད་པ་མི་བྲན་ནམ་” ཞེས་བཤད་རྗེས། དགེ་འདུན་ལ་འདི་ནི་”ངས་ཁྱོད་ལ་བཤད་པའི་མི་བཟང་དེ་
རེད་” ཅེས་ཕན་ཚུན་མཆོམས་སྟོན་བྱས་བྱུང་།

དགེ་འདུན་ཅུང་ཟད་སྐར་ནས་ལག་པ་ཚུར་བསྐྱོངས་བྱུང་ལ་ངས་ཀྱང་ལག་འཕྱུ་བྱས་པ་ཡིན། སྐབས་དེར་གཞི་ནས་ཁོའི་
སྐྱེ་ན་མ་ཤུལ་ཡོད་པ་མཐོང་བྱུང་། ཉན་དེར་ངས་ལས་ཁུངས་ལ་དགོངས་པ་ཞུས་ཏེ་ཁོ་གཉིས་རང་གི་སྡོད་ཁང་དུ་
བསུས། ང་ཆོས་སྟོན་ལྟོད་དང་ཁ་བད་བྱས་པ་ཡིན།

“ལས་དབང་ཟེར་བ་འདི་ཅི་འདྲའི་དགོང་བོ་ཞིག་རེད་ཨང་” ཆོག་འདི་དུས་གཅིག་ལ་ངེད་གསུམ་
པོས་མཉམ་དུ་སྟོན་བྱུང་བས་ཕན་ཚུན་ལ་གད་མོ་ཤོར།

ལྷ་མཆོས་ “ང་ཆོ་མ་བྱུག་པར་ལོ་དག་ལྷག་འགོར་བར་ཕྱིར་བྲན་བྱས་ཤིང་དེའི་རིང་ལ་ང་ནི་ཅུང་ཟད་ཀྱང་འགྱུར་
མི་འདུག། སྡོན་ལྷར་འགོགས་བདེ་འདྲིས་སྤྲོ་ཞིག་རེད འོན་ཀྱང་གཟུགས་པོ་ཅི་འདྲའི་སྐྱམ་པ་ལ་ཨང་” ཟེར་
ཞིང་ཞིབ་དུ་ལྷ་བཞིན་ “ཁྱོད་ན་ཡི་མེད་དམ། གཞུང་གི་ལས་ཀ་དེ་འདྲའི་ཕྱི་འམ་” ཞེས་ཐེངས་དུ་མར་དྲིས་བྱུང་།

སྐབས་ཤིག་ལ་དགེ་འདུན་གྱིས་”ཁྱོད་སོང་ནས་ཆང་ཞིག་དང་ལུག་ཤ་རྒྱ་མ་དོ་ཉོས་ཤིག དེ་དགོང་ངེད་
གཉིས་ཀྱིས་སྤྱིད་ཅིག་རྒྱག་གི་ཡིན་” ཞེས་མངགས་བཀོད་བྱས་པར།

ལྷ་མཆོས་ “ཁྱོད་དངོས་ནས་འདུག་རྒྱ་ཡིན་ནམ་” ཟེར།

ངས་”ཞག་མ་གཅིག་ལ་འང་སྟོས་མི་ཐོངས་ན་ཁྱོད་ཀྱང་སྡོད་” ཅེས་ཀྱུ་རེ་ཅེས་པ་དང་ང་ཆོ་མཉམ་དུ་བགད།

ལྷ་མཆོ་དགོང་ཞོར་དུ་”ང་མེད་ན་ཞི་ལི་ལྷགས་སྟེ་དགོང་མོ་གཉིད་མི་བྱུབ། རྟག་པར་ངས་རུམ་དགོས་
པ་རེད་” ཟེར།

“ཁྱོད་གཉིས་ལ་བྱ་ཞིག་ཀྱང་ཡོད་ན། ད་ལྟའི་བར་གཉིན་བསྒྲིགས་དཔང་ཡིག་མི་ལེན་དོན་ཅི་ཡིན་”

ལྷ་མཆོས་ལན་མི་འདེབས་པར།

“ང་སོང་ནས་ཤ་ཆང་ཉོ་ཡོང་” ཟེར་ནས་ཁྱོམ་ལ་འགོ་གུབས་བྱས་བྱུང་།

“ངས་ཆང་འབུང་གི་མེད། སྡོད་ལ་ཁ་བད་བྱོས་”

“ཁྱོད་ཀྱིས་དངོས་ནས་ཆང་འབུང་གི་མེད་དམ་” དགེ་འདུན་ཡིད་ཆེད་ཀྱིན་མེད་པ་འདྲ།

“དེ་འདྲ་ཡིན་ན། ངས་ཁོ་མོ་ཐོན་དུ་མི་འཇུག་པར་ཁྱོད་བཀག་ནས་ཅི་བྱེད། མ་གཞི་ཞོགས་པ་ནས་
མཆིས་སྒྲིད་པོ་མི་འདུག ལྷ་མཚན་ང་ལ་འད་བཤད་རྒྱ་མེད། ད་དེ་ཚོ་ཅི་ཡིན་ན་ཡིན། དོན་ལ་འགན་ཁུར་གཉིས་ཀྱིས་སྒྲིད་
པ་གཟུག་”ཅེས་བཤད་པ་ཡིན།

དགོང་ཟས་གྲུ་སྒྲིག་བྱེད་སྐབས་ཁོ་མཐོན་པོ་ཞིག་གི་ས་ནས་མི་ཐོན་པར་ཐབ་ཚང་དུ་འཇུག་ནས་ང་ལ་ཟས་
ལྟོ་རོགས་བྱེད་བཞིན་ཕྱོགས་ཡར་མར་གྱི་ཁ་བརྟུན་བྱས་བྱུང་།

“ཁྱོད་མིན་རྒྱ་ན། ང་ལ་དེ་རིང་གི་ཉི་མ་འདི་ཡོད་མི་སྲིད། ཁྱོད་དངོས་ནས་བྲིན་ཆེན་ཡིན། ངས་ཁ་
ལག་བཤད་པ་མིན་” ཞེས་ནན་བཤད་ཅིག་བྱས་ཀྱིས།

“སྐར་ཡང་ཁྱོད་རང་ག་བཞིག་མིན་པ་འདྲ་”ཟེར།

“ལོ་དེར་ང་ཁྱོད་ཚོའི་ཡུལ་ཚོའི་སློབ་འབྲིང་དུ་དངོས་སྤྱོད་དུ་ཡོང་དུས་ཕྱོགས་ཡར་མར་ནས་ཁྱོད་ཀྱི་གནས་
རུལ་ཡིན་མིན་མང་པོ་ཞིག་ཐོས་བྱུང་། ཉིན་ཞིག་ཁྱོད་དང་དངོས་སུ་ཐུག་བྱུང་། ལག་དུ་པར་ཞིག་བཟུང་ནས་སེམས་
རྒྱལ་འཆད་ཀྱིན་འདུག པར་དེ་ནི་སྤྱི་མོ་མཚོ་དང་ཨ་ན་མ་ན་རེད། ཡར་བཞུས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་སེམས་ཁུམས་ལ་སྒྲིན་ཆེན་
པོ་མེད་པ་འདྲ། རྒྱུ་སྤྱོད་ལུ་འདྲ་སོང་ནས་ཨ་ལགས་ཡོངས་འདྲིན་ཆང་ལ་ལུང་བཞུན་ཞུས་པར་བྱང་གི་དགོན་ཆེན་
བཞི་ལ་མཇུག་སྐོར་དུ་སོང་ན་དགའ་ཁ་ཞིག་འདུག་གསུངས་བྱུང་། འོན་ཀྱང་། ལྷ་མཚོ་མ་གཏོགས་ཁྱོད་ལ་ཤུལ་
བའི་མི་གཅིག་ཀྱང་ངོ་མི་ཤེས་པ་ས་དོན་དེ་སྤྱི་མཚོར་མི་བཤད་རང་བཤད་བྱས་སོང་། ཁྱོད་ཀྱི་བྲིན་ཆེན་སྤྱི་མཚོ་རེད། ང་
མ་རེད་” ངས་དེ་ལྟར་དང་མོར་བཤད་པ་ཡིན།

“གང་ལྟར་ཀྱང་། ཁྱོད་རང་ག་བཞིག་མ་རེད་”ཅེས་བཤད་དེ་སྒྲོ་བྱར་བཤད་མཚམས་བཞག་བྱུང་། ཅུང་
ཙམ་གྱི་རྒྱུ་ནས།

“ལྷ་མཚོར་སྤྱི་ཁ་འཁོར་བ་གངས་མེད། འཕྲི་ཆེད་དུ་སྤྱི་ཁ་མང་པོ་བྱུངས་ཡོད། འོན་ཀྱང་། མཇུག་
སྐོར་གྱུབ་ནས་ཕྱིར་ལོག་པ་ན། མི་ཆང་མ་ཉང་སངས་པ་རེད། ཁྱོད་ཀྱི་ཨ་ཤེས། ད་ལྟ། ལྷ་མཚོ་ངའི་ཨ་མའི་
སེམས་ཀྱི་མནའ་མ་གཅེས་ཤོས་ཡིན་”

ཁོས་སྒྲོ་བྱར་དུ་སྐད་ཆ་མགོ་ངོ་མེད་པ་ཞིག་བཤད་དེ་འཇུག་ཙམ་དང་དགོད་ཙམ་རེ་བྱས་བྱུང་བས། ང་དོགས་
པ་ཟ་ནི་ཁོས་སུ་མཐུད་དུ་ཅི་བྱེད་ལ་མཉམ་བཞག་ནས་བསྟེད། ཡུད་ཙམ་ནས་ཁོས་ངའི་ནམ་འགྱུར་མཐོང་ནས་ཆེས་ཆེར་
བགད་བྱུང་།

“ཁྱོད་སྒྲིག་མི་དགོས། ང་སྐར་ཡང་སྒྲོ་མི་སྲིད་” ཅེས་བཤད་རྒྱུ་སྐར་ཡང་དགོད་ཙམ་བྱས་ཏེ།

“གསལ་པོར་བཤད་ན་འདི་འདྲ་རེད། ང་བདག་མེད་དུ་ཕྱོགས་ཡར་མར་ལ་སྒྲོ་འབྲམས་བྱས་ནས་ཐོན་
སྐབས་ལྷ་མཚོས་ང་ལ་ལྟ་སྒྲིང་ཅི་ཙམ་བྱས་པ་ཁྱོད་ཀྱིས་མཐོང་ཡོད་དེས། ཁྱོད་སོང་རྗེས་ལྷ་མཚོས་ཐབས་སྤྲོ་ཆོགས་
ཀྱིས་མཇུག་སྐོར་དུ་བྲིད་པར་མི་མང་པོས་མོར་དན་བཤད་པ་རེད། ཕྱིར་ཡོང་ནས་ཅང་མ་གཏོར་བར་སྤྱོད་དང་ཨ་མ་
གཉིས་ཀ་ལྟ་བུ་བསྐབས་བྱུང་། ཨ་མའི་རེ་འདོད་ལྟར་དེད་གཉིས་ངའི་པ་བྲིས་དུ་ལོག། ལོ་གཉིས་ཀྱི་རྒྱུ་ནས་བྱ་
ལྷགས་ནི་བཅས་ཤིང་། ད་ལྟའང་། ཁོག་ལ་གཅིག་ཀྱང་ཡོད་པ་རེད། ཁྱོད་ཀྱིས་བཞུས་ན་མི་ཆང་མ་ཉང་མི་སངས་
སམ་” ཁོས་དེ་ལྟར་གསལ་ཁ་བཏོད་ནས་བཤད་བྱུང་།

“མཐོང་ཡོད་ན། ལྷ་མཚོ་འདྲ་མ་གཞི་ནས་ཁྱོད་ལ་དགའ་ཡོད་པ་འདྲ་”

“ཁྱོད་ཀྱིས་ཁས་ལེན་མ་བྱས་པ་མ་གཏོགས། མོ་ཁྱོད་ལ་འདྲ་དགའ་བ་མིན་ནཱ། ལོ་ངོ་འདི་དག་གི་
རིང་ལ་ཁྱོད་རྟག་པར་སྒྲིབ་གིན་འདུག འོན་ཀྱང་། མོས་ཁྱོད་རང་སློབ་མ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་གཏོགས། གཞན་ཅི་
ཡང་ཤེས་ཀྱིན་མི་འདུག གཉིན་སྟོན་གྱི་སྐབས་སུ་ཁྱོད་མེད་པར་ངེད་གཉིས་ལ་འདྲ་མཐོང་སེམས་ཡོད། ཁྱོད་
ཀྱང་ཁྱོད་མི་ཉན་”ཟེར།

“ལྷ་མཚོས་མི་མཐོང་རྒྱ་ཚད་མ་ཁྱོད་ལ་མཐོང་འདུག དངོས་གནས་བཟུང་འདྲང་བཅངས་པ་རེད”
ངས་དེ་ལྟར་གོ་རྒྱུ་ཡོད་མཛད་གེ་སྐྱོད་ཆ་ཞིག་མཐོང་།

“ལྷ་མཚོ་ཁས་ངས་མ་ཞིག་ཡིན། མོ་རང་གི་ཨ་ཙེ་དང་མི་འདྲ་སའང་འདི་ཡིན་”ཟེར།
ངས་དགའ་འདུན་གྱི་གཟུང་ནས་གྱི་རྣམ་འགྲུར་དེ་མཐོང་བས།

“ཁྱོད་ཀྱིས་ད་དུང་ཡོད་ཚད་བློན་གྱིན་འདུག་གསེ” ཞེས་ཁ་ནས་ཤོར།

“ངས་གཏན་དུ་བཞུགས་མི་སྲིད། འོན་ཀྱང་། སྒྲིབ་རིན་ཡོད་པ་མ་རེད། ཚང་མ་ཁྱོད་ཀྱིས་ཤེས་གསལ་
རེད” ཟེར་ནས་མཐོང་མ་བྱུང་། ཡུན་ཙམ་རྗེས་ནས་སྐར་ཡང་།

“སྐབས་དེར། གསེར་མཚོ་སྐབས་མ་སྐྱོན་གཉིས་ཀྱི་གཡུ་ལུང་རྩ་བར་ན་ཀྱང་གྱིས་སྒྲིབ་བཞིན་པའི་
མཛེས་མ་གཉིས་ཡིན་”ཟེར།

“ཁྱོད་ཀྱང་གྲ་ཡག་ཅིག་ཡོད་པ་འདྲ། ཐོག་དང་ཐོར་ཁྱོད་ཚོ་ཁོ་ཚང་ལ་སྟོང་མཚོན་འདོན་དུ་འགྲོ་དུས།
སྐབས་ང་མས་ཁྱོད་ཀྱི་གཏོང་ལ་བཞུས་ནས་ཡིད་འཕྲོག་པས། རིལ་མ་ཐབ་དུ་མ་བཏབ་པར་སྐྱོང་ར་བཏབ་པ་མི་བྱ་
ནས་” ངས་དེ་ལྟར་སྒྲིབ་མོལ་གྱི་རྒྱན་འབྱུང་། ཁོ་དགོད་ཙམ་བྱས་ཏེ།

“བྱང་མོར་མཐོང་ན། སྐབས་ང་མ་ང་ལ་དགའ་བར་མ་ཟད། ང་ཡང་མོར་ཤིན་ཏུ་དགའ་”

“དེས་ན་ཁྱོད་ཀྱི་ཕུ་པོས་ལྷ་གཉིས་བྱུང་ཏེ་ལུས་པོ་ཁྱོད་ལ་བསྐྱེས་ཀྱང་སྐྱོ་ཆས་མི་གྱོན་དོན་ཅི” ངས་ཐོག་འདི་ཞིག་
བྱས།

“ ཉིན་དེའི་ཕྱི་དྲོར། ངས་ཨ་མའི་ཞོན་རྩ་བཞེན་ནས་སྐབས་ང་མ་ཚང་ལ་སྐྱོར་རྒྱག་དུ་སོང་བ་ཡིན།
ཕར་འགྲོ་དུས་གཡུ་རྒྱུག་འདུག ཁོ་ཚང་ན་ལྷ་མཚོ་སྐྱོན་གཉིས་མ་གཏོགས་མི་འདུག ང་ཐོན་མ་ཐག ལྷ་
མཚོས། ‘ཨ་མཚོ་དེ་ཐོན་ཐལ། དགའ་བ་ལ་ཟེར་ནས་སྐྱེ་ལེན་བྱས་ཤིང་། ‘དོ་རྩལ་ཅེས་ཀྱང་འདུག་དགོས་ཟེར་
ནས་རྩ་སྐྱོ་ཤོག་སོང་། བསམ་ཡུལ་ལས་འདས་པ་ཞིག་ལ། ཞོགས་པར་ངའི་རྩ་ཤི་འདུག དེ་བས་ང་ཉིན་འགའ་རིང་
ཡུལ་ལ་ལོག་མ་བྱུང་བར་ཁོ་ཚང་ནས་ལུས་སོང་། ད་དུང་། དགོང་མོ་དེར་ང་སྐབས་ང་མའི་རུམ་ལ་འཇུལ་བ་
བདེན་པ་ཡིན། འོན་ཀྱང་། མོས་སྒྲིབ་འཁོར་བ་ན་བདེ་སྒྱིད་མེད་རབས། སྐོས་སུ་གན་ཚད་ནས་འདུག་མི་ཉན་པ་དང་
། དེ་ལས་ཀྱང་ང་རང་ཁྱོད་ལ་སེམས་གཏིང་ནས་དགའ་གི་ཡོད་པས་ཁྱོད་འཕྲོ་བརྒྱུག་དུ་གཏོང་མི་ཉན་ཟེར་བ་ལ་སོགས་
པའི་གནས་ལུགས་མང་པོ་བྱུང་སྟེ་ངའི་སྒོ་ཁ་སྒོ་ག་ཐབས་བྱས་སོང་། ཉིན་འགའི་རྗེས་སུ་ཨ་མས་རྩ་ཞིག་ཁྱོད་ནས་
ང་ལེན་པར་བསྐྱེད་བྱུང་། རྗེས་སུ་ང་ལ་སྐྱོན་པ་མི་འདུག་ཅེས་པའི་གནས་ངན་ཞིག་དགོན་རི་གྲོང་གཉིས་ལ་བྱུང་
པ་རེད། ཕུ་པོ་ཡུལ་ནས་སྟོན་མ་རྒྱུགས་པར་སྐྱོ་ཆས་ཆ་ཚད་ཞིག་བྱིར་ཡོང་སྟེ། “ངོ་ཚ་རྒྱ་མེད་པ་ཁྱོད། འདི་གྱོན་

དང་ཡུལ་ལ་འགྲོ་”ཟེར། འོན་ཀྱང་། ངས་ཁས་ལེན་མ་བྱས་པས་གཙང་དུང་བཟོད་དཀའ་བ་ཞིག་བྱས་སོང་། ལྷོས་
དང་”ཞེས་སྟོན་བྱང་ཡར་བརྒྱུས་པ་ན། ངོ་མ། རྒྱབ་རྩིལ་པོ་མ་ཤུལ་གྱིས་གཙུག་བཞིག་རེད།
ཁོས་བྱགས་རིང་ཞིག་ཕྱུངས་ཤིང་། “ངས་ད་དུང་འདྲུའང་ནང་དུ་དགེ་འདུན་མང་མའི་སྤྱན་རླུང་སྤྱང་མ་དཔང་
དུ་བརྩུགས་ནས། “གལ་སྲིད་ལ་སྟོམ་པ་མེད་ན། ཉིན་གསུམ་གྱི་རིང་ལྷ་དང་སྤྱང་མས་ངའི་སྤྱིང་ཁྲག་དོན་མོ་
བཞེས་དགོས་”ཞེས་མནའ་བསྐྱལ་བ་ཡིན། འོན་ཀྱང་.....”

སྐབས་དེར། ཁོའི་ནམ་འགྲུར་གཞན་ཞིག་ཏུ་འགྱུར་དེ།

“ཐུག་སྲུང་ཆོ་སྒྲུ་མཆོའི་ཨ་མའི་ཤིན་ཆས་བྱེད་པར་འགྲོ་དུས། མོས་ང་ལ། ‘ཉི་མ་དེར། ངས་ཁྱོད་
གྱི་རེ་བ་མ་བསྐྱངས་པར་འགྲོད་པ་སྤྱིས་བྱུང་’ཟེར། “ད་དུང་། ཁྱིམ་ཆང་ཞིག་ལ་ཕོ་ཞིག་མེད་ན། གཞན་གྱིས་
བརྟམས་བཅོས་དང་མཐོང་རྒྱུ་བཟོད་དགོས་པ་རེད། ཅི་འདྲའི་སྟོའང་”ཟེར་ནས་མིག་རྒྱ་མཆམས་ཆད་གྱིན་མི་འདུག
མོ་དེ་ལྟར་སེམས་སྤྲུག་ངང་སྟོ་བྱར་དུ་འཁོར་བགོགས་ལ་ཞུ་སོང་། དེར་ཁག་བཞག་ནས་ང་ཡང་སྟོས་སོང་ཟེར། མི་
ཆང་མས་ད་ལྟའང་ང་ལ་སྟོན་པ་ཟེར་བ་མིན་ནམ་” ཁོས་དེ་ལྟར་ཕྱིར་བྱོན་མཛོད་པ་སྤྱིས་ཤིག་བྱས་ཤིང་། འགྲུལ་ཙམ་
ཡང་མི་བྱེད་ལ། མིག་རྒྱུང་ལས་མཆི་མ་ཆར་བ་བཞིན་བབས་བྱུང་། ཁྱིམ་མེར་གནས་པའི་སྐབས་དེར། མི་ཞིག་
སྟོ་བྱར་ནང་དུ་ཡོང་ནས་ང་ལ་འཐམས་ནས་བྱག་ཏུ་བྱས་བྱུང་། དེ་ནི་ངའི་སྤྱོ་མོ་ཡིན།

༡

“ཁྱིད་གྱིས་གཏམ་རྒྱུད་བཤད་མི་ཤེས་པ་འདྲ། མགོ་ཆག་གཞུག་རྒྱུ་མ་དེ་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད། དོན་དག་ལ་
ལ་ཞིག་ཨི་ཤུག་བསམ་ནས་ངང་སྤྲུག་བྱས་ཀྱང་བཤད་མ་སོང་། དཔེ་བཞག་ན། དངོས་སྟོང་ནས་ཕྱིར་ཡོང་ན་ཤེས་
ངས་ཟེར་བའི་སྟོལ་མའི་སྤྱང་ཆ་དེའི་དོན་བཤད་རྒྱུ་བརྒྱུད་སོང་ངམ། ཐུག་སྲུང་སྟོལ་མའི་མིང་ཙམ་ཡང་མི་སྤྱིང་དོན་ཅི་
ཡིན་” ཆོས་ཐོགས་སྐལ་བཟང་གིས་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ཉན་ཤིང་སངས་ཀྱི་བསམ་ཚུལ་ཐད་ཀྱང་འཇོག་པ་བཟོད་བྱུང་།

“སྟོལ་མའི་ཨ་ཕ་སྟོབ་ཆེན་གྱི་སྟོབ་སྤྱི་ཡིན། སྤྱིར་ང་སྟོབ་ཆེན་ཐོན་ཤིང་སྟོབ་གྲུ་རང་ནས་བྱ་བ་བགོ་ཅིས་
བྱས་ཀྱང་། ཁོ་མོའི་ཨ་ཕ་སྟོ་བྱར་དུ་འགྲུར་སོང་བ་རེད། སྟོལ་མས་དོན་དེ་སྤྱི་ནས་ནས་ཤེས་འདུག མོའི་སྤྱང་ཆའི་
ནང་དོན་དེ་རེད། ད་དུང་སེམས་ཙམ་པ་ཞིག་ལ། རྒྱ་ཆང་ཁས་སྟོལ་མ་འདྲ་གཉིས་གྱི་བར་ལ་སྤྲུམ་ཞིག་བརྩུག་འདུག”

“རྒྱ་ཆང་ཁ་ཟེར་བ་དེ་དགེ་འདུན་སྟོན་པའི་པ་ཡུལ་གཅིག་པ་བཀྲའི་ཟེར་བ་དེ་ཨི་རེད། ཁོས་ཁྱོད་གཉིས་
ངར་ལ་ཅི་ཞིག་བཤད་འདུག”

“བཤད་རིན་ཡོད་པ་མ་རེད། དེ་ལས་འུ་གཉིས་གྱིས་གྲུང་ཆོགས་གསྒྲིག་བྱེད་”

ང་ལ་བཤད་འདོད་མ་བྱུང་།

“དེ་འདྲ་མ་བྱེད་དང་། ང་གཏམ་རྒྱུད་ལ་ཉན་རྒྱུར་དགའ་བ་ཁྱིད་གྱིས་མི་ཤེས་སམ། ད་དུང་སྤྱོ་མོ་རེད།
ལ་” ཁོས་ཉན་འདོད་པའི་ནམ་འགྲུར་དང་བཅས་ཏེ་ཨུ་རྒྱུགས་བྱས།

གཞུང་འབྲེལ་བཞུགས་པ།

“ང་དངོས་མྱོང་དཔོན་དུས། ཉིན་ཞིག་སྤང་མཇུག་ཁ་ཆེ་པ་གསལ་ཉོ་ལགས་ཀྱི་མེ་ཞིག་ལ་བརྟུན་བཅོས་
བྱེད་བཞིན་པ་ཁོ་ཆོའི་ལག་ནས་མེན་ཐབས་བྱས་པ་ཡིན། རེ་ནི་སྤྱ་མཆོ་རེད། རེ་ནས་བཟུང་། སྤྱ་མཆོ་ཁྱོད་པདལ་
ཡོང་བེདས་རེ་རེར་ལ་སྒྱ་རུ་ཡོང་ཞིང་། མར་ཕུར་སོགས་ཁྱེར་ཡོང་བ་ལས་ལག་སྟོང་ལ་ཡོང་ཁྱོད་མེད། མོས་
བཤད་ན། སྟོན་ཆད་དགེ་འདུན་དགོན་པ་ན་ཡོད་དུས་མེའི་གཅེན་མོས་ཀྱང་དེ་སྤྱ་བྱས་མྱོང་བ་ཟད། སན་ཚུན་ལ་ཡི་
གེའང་སྒྱར་གྱིན་འདུག་ཟེར། དང་མོར་བཤད་ན། ད་སྤྱ་མཆོར་དགེ་འདུན་པ་འོ། སྟོལ་མ་བསམ་ནས་ཆོད་
བཟུང་བ་ཡིན། རེ་བསམ། སྤྱ་མཆོ་རེད་གཉིས་ཁ་མ་བུལ་གོང་ནས་སྤྱན་བསྒྲིགས་ཡོད། སྤྱ་ཆད་ཁས་དོན་དག་འདིར་
སྟོལ་བདགས་ནས་སྟོལ་མར་བཤད་འདུག”

“སྐྱོལ་མ་བྱེད་གཉིས་ཁ་ཁར་འགྲོ་དོན་དེ་ཡིན་ནམ་”

སྐལ་བཟང་གིས་ཡང་བསྐྱེད་ཅིས་བྱུང་།

“སྒྲོལ་མ་དང་གཉིས་གཅིག་དུ་འཛོམས་མ་ཐུབ་ལ་ཁ་ཁར་ཡང་མོང་མེད། ད་སྒྲོལ་མ་ཐར་ཕྱིན་པའི་ལོ་གཅིག་གི་རྗེས་ནས་མ་ཡུལ་ནས་པས་བརྒྱད་དེ་དཔེ་ཕྱོད་ཀྱི་ཤི་ཐེབས་པ་རེད། དེར་བརྟེན། ལྷ་མོ་དང་གཉིས་ཀྱིས་ཨ་མའི་དོ་སྒྲོག་མ་རྩལ་པར་བྱིམ་ཐབས་བྱེད་དགོས་ལྟར། སྒྲོགས་གཞན་ཞིག་ནས་སྒྲོལ་མས་ཡི་གེ་བསྐྱར་ནས་ཅིས་ཀྱང་བསྐྱུག་དེས་ཡིན་ཟེར། ཉེད་དུ། ཉ་ལོ་མ་གཏོགས་ལོས་ཁར་ང་ལ་ཡི་གེ་ཞིག་བསྐྱར་མ་ཐོང་བའི་ལོ་མེད། ལྷ་.....”

ང་ལ་རང་དབང་མེད་པར་བྱུགས་ཅིང་ཞིག་ངང་གིས་ཤོར་ཞིང་།

“དེ་འདྲིའི་མནར་གཅོད་ཅིག་གི་འོག་ནས་ང་སྐུ་མཉམ་ཡི་དུག་སུ་གྱུར་ཐོང་བ་འདི་ཡིད་” ཅེས་བཤད་
བ་ཡིན། མཚམས་འདིར་སྐུ་ལ་བཟང་གིས་ཆེད་མོའི་ཚུལ་དུ།

“གཅིག་བྱས་ན། ཡིག་འདིར་རྒྱལ་མཆོད་ཀྱི་རི་སངས་ཀྱི་ཞེས་པ། བློན་པ་ལོ་སངས་ཞེས་པ་བློན་
ཡོང་གི་ཡོད་མིད” ཟེད། “དེ་ལྟ་དཔེ་མི་མིད” དཔེ་ཁྲོའི་ཅན་པ་རྩ་ཞེས་པ་རྒྱུ་བརྗེས།

“ཉིན་གུང་ཕུ་གཉིས་དགེ་བསྐྱེས་ཚང་ལ་ལོ་སར་དུ་སོང་ན་ངེ་འདྲ་རེད” ཅེས་ངོས་པ་ཡིན།

“མི་འགོ། བྱོད་གྱིས་གཏམ་རྒྱུད་གྱི་རྩ་མ་ལག་དཔལ་གྱིས་དང་”ཟེར།

“ཨྱ་ རེད་ཡ། བཤད་ན་རྣམ་མི་འགྲོ། དཔེ་ཕུ་བོ་གསོད་མཁན་དེ་སྒྲོལ་མའི་མ་སྤྲུལ་ཞིག་རེད”ཟེས།

“ཨྱ” སྐལ་བཟང་གིས་དང་ཡངས་པའི་ཉམས་གྱིས།

“ཅི་ཟེར་” ཞེས་ནན་པའི་ཞིག་བྱས་རྗེས། མིག་ཟུང་བཅུ་ལ། བལ་མོ་སྒྲུང་ནས།

“དོན་འཆར་མ་བྱེན། འཛིག་རྟེན་མི་རྟག་པ་ཟེར་བ་ཅིས་མ་བཞེན།” ཟེར་ནས་དར་ཅིག་ལ་བྱ་བ་ཅི་མ་ཅིར་བསྟན་རྟེན་
ལྷན་ཡང་མིག་ཐུས་ཏེ།

“དེས་ན། ཁྱེད་ལྔ་བཅུ་དོན་ལྟན་ན་ཨི་ཚོག་” ཟེར་བས།

ངས་འཐད་ལ་མི་འཐད་པའི་ངང་སློང་མོལ་གྱི་རྩོན་བསྐྱེད་ས།

“ང་ཚོ་བཅའ་ཅན་སློབ་མར་དགེ་ཆེན་བྱས། དེ་ནས་ཚོལ་གཞོཾ་ཁང་ནས་ཡོང་གས་བསྐྱད་པ་ཡིན། དེའི་
རྗེས་ཆེད་དུ་སྤྱི་མས་ལྷ་གས་ཤེས་བྱ་ལྟར་པ་ཏེ། ར་ཞིང་ཡོང་ཁུལ་སློབ་ཤུ་ལྟར་ཏེ་སྤྱི་མས་ཁང་ནས་བྱུང་བ་ལྟོ་བས། ལྷོ་ར་
ལས་ཁུངས་གང་འདྲ་ཞིག་ཡིན་ནའང་། ལྷོ་ར་ས་པ་གཞོཾ་བོ་ས་བསྐྱུ་བས་པ་ལས། དོན་དངོས་ལྟ་དམངས་ཀྱི་ཆེད་དུ་

ལས་ཀྱི་མཁུ་ཁག་པོ་རེད། ལྷག་པར་དུ། “ལྷག་སྒྲོ་”ཟེར་བ་དེ་ཡིད་ལ་ཡོད་ན། ད་ལྟོ་འདྲ་བ་ཙུག་ལང་གི་
དེ་བས། དས་ལས་ཀྱི་བྱེད་པར་ཡིད་སྤྲོད་ནས་བསྐྱོད་ཡོད་སྐབས། ལྷག་བསྐྱེད་གྱི་ཁྱེད་པོ་གཅིག་འཕྲོར་གཅིག་མཐུད་
ནས་ཐོག་དུ་བབས་བྱུང་། སྐབས་དེར། དགེ་འདུན་གྱིས་རང་གི་མི་ཆེའི་ཉམས་སྤྱོད་གཞིར་བཞག་ནས་སྒྲོ་མང་
པོ་བཏོན་བྱུང་། རིམ་གྱིས་དཔེ་འབྱུང་ལྟ་བུ་ཞིག་གིས་བསྐྱེད་ནས་འདིར་ཡོད་བའི་དེད། འོན་ཀྱང་། ཐོག་མར་ཟླ་
འགའི་རིང་འདིར་མ་ལོ་བས་ཐལ་” སྐབས་འདིར་དས་ཡིད་ལ་དོན་དག་གཞན་ཞིག་འཁོར་ནས། སྐལ་བཟང་ལ།
“ཁོ་རེ། དེ་ལྟར་བཤད་ན། ཁོང་ཡོད་པ་འདྲིན་དོན་འཆང་ཆང་གིས་ང་ལ་ཆོས་མིང་ཞིག་བསྐྱེད་པ་ལས་སྤོམ་པ་གནད་
མ་བྱུང་། དེ་ཅི་ཡིན་ནམ། ཁྱོད་གྱིས་གཞན་ལ་མ་བསྐྱེད་པ་ཨ་” ཞེས་རང་གི་གསུང་བ་མེས་པ་ལ་ཉར་ནས་སྤོད་
མ་བྱུང་པར་ཁོ་ལ་བཤད།

“པལ་ཆེར། ཁྱོད་གྱིས་སྤོམ་པ་བཟོད་པ་མིན་ནམ། ཨ་ལ་ཀུ་རེ་ཡིན། ཁྱོད་ལ་ལྷག་བསྐྱེད་གཅིག་
འཕྲོར་གཅིག་ཇི་ལྟར་བྱུང་སོང་”

དངོས་གནས་ཁོ་གཏམ་རྒྱུད་ལ་སྤྲོད་སྐྱོད་མེད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་འདྲ།

“འོ་..... དེ་ནི་དགེ་འདུན་དེ་དག་གིས་གྱིས་ཆང་འབྱུང་བས་མ་པའི་མཆན་མོ་དེར། དའི་ཨ་མའི་
ནད་རྒྱིང་འཕམ་ནས་སྤྲོད་ཁང་དུ་ཆོ་ལས་འདས། ཉིན་མང་པོ་མ་འགོར་བར། འགལ་གྱིན་ཞིག་གིས་ངའི་སྤྱི་
མོ་འདྲ་.....” སྤྲོད་ཆའི་མཐུག་མ་རྒྱུས་གོང་བན་རྒྱུང་ཤེས་རབ་ནད་དུ་ཡོད་ལྟེ་གཟན་ཁྱེད་དང་མགོར་བབས་པའི་གདས་
རྩལ་སྤྲོད་ཞོར།

“ཨ་ཁྱེ། དགེ་འདུན། ཁྱོད་གྲུ་བ་མ་བྱས་གོང་མིང་ལ་དོན་ཅེས་རམ་”

ཞེས་དྲིས་བྱུང་།

“ཅི་རེད་”

“སྤྱི་ན་མི་ཞིག་གིས་འཆོལ་གྱིན་འདུག་”

“ མི་ཅི་འདྲ་ཞིག་རེད ”

“ ལོ་སྤྱི་མ་རྩལ་མས་གྱི་ཨ་ཅེ་ཞིག་རེད། ཁྱོད་གྱི་སྤྱིང་མོ་ཡིན་ན་ཐང་གི། ངོ་མ་ཡག་མ་ཞིག་རེད་” ཟེར།
སྐབས་དེར། སྐལ་བཟང་གིས་ང་ལ་ཁྱེད་མཆར་བའི་མིག་མདངས་ཤིག་གིས་བཞུས་བྱུང་། དས་ཅི་ཡང་མ་སྤྲོས་
པར་དོགས་པ་ཞིག་དང་མཉམ་དུ་སྤྱི་རྩལ་བར་སོང་བ་ཡིན།”

❁ ལྷ་རྩལ་བཅའ་སྐྱོད་ཀྱི་ལུང་། རོལ་སྤྱོད་རྩལ་པའི་སྤྱོད་ཀྱིས་
ནས་བཞུས་ན་སྤྱོད་གཟུག་རྒྱ་མེད་མོད། ཡིན་ཡང་དེ་དག་ལ་རྣམ་ཤེས་མེད།
ཁང་ཉིས།

ནས་ལས་འགོ་གཟུག་འཆར་ཡོད་པས་བྱིད་ཀྱིས་བོད་གཞུང་ལ་དགོངས་སྐོར་ཞུས་ནས་གང་མགོ་གས་ལན་ཞིག་གནང་
བར་ལྟ། དེ་མིན་མུར་མཇལ་ཡོང་བ་བཅས་གྲོ་མོ་ནས་སྤྱི་ཁྱབ་རོ་དྲི་ནས་སྤྱི་ལོ། ༡༩༣༧།༣།༩་ཉིན་ཕུལ།”

ཇོང་དཔོན་དགོད་འཆར་འཆར་ངང་སྐས་འཛེགས་ལས་བབས་ཏེ། “ངས་བསམ་པ་ལྟར་བྱུང་འདུག་ དབང་
ཕུག་ཁྱོད་སོང་དང་། དབུས་གཞུང་ནས་དོན་དེར་དགོངས་བཞེས་གནང་སྲིད་ཀྱང་། ཁྱོང་ཆོའི་ཆན་པོ་དེ་དག་ཅེས་
ཤོད་འཆམས་མགོ་བོ་འབྲེད་དུ་གཡུག་ཙམ་བྱས་ནས། “འོ་ གང་ལྟར་སྐད་ཆ་བཤད་དགོས་པས་སྤེ་ཁྱོང་གི་ཆན་པོ་
ནམས་བོས་ནས་ཤོག་” ཅེས་སྒྲུས།

ཉིན་བྱེད་ཀྱི་འོད་ཟེར་བགྲཤིས་ལྷན་པའི་རྒྱ་ཡིབས་གསེར་མདོག་དེའི་དབུ་ཅེར་འཕྲོས་དུས་ཆན་པོ་ཁ་ཤས་
དང་སེར་མོ་རེ་གཉིས་གཅིག་མཇུག་གཉིས་མཐུད་ཀྱིས་ཇོང་དུ་འབྱོར། “ཇོང་དཔོན་ལགས། དེ་རིང་རིང་དམིགས་
གསལ་བདག་ཆོར་སྤྱོད་ན་ཅི་ཡོད།” ཅེས་མགོ་བོ་འཕུར་འཕུར་བྱེད་བཞིན་ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྟས་སྒྲུས། ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྟ་ནི་
ཆུང་དུས་བགྲཤིས་ལྷན་པའི་ཆོས་སྐོར་ཞུགས་ཀྱང་དབང་པོ་རྩལ་དགས་པས་ལུག་རྩིར་བཟང་སྟེ། སྤྱི་ལོ། ༡༩༠༩
ལོའི་དབྱིན་འགོག་དམག་འབྲུགས་སྐབས་ཁོས་དགྲ་དང་འཐབ་ནས་མིག་གཡོན་པ་དེ་དགྲ་ལ་ཤོར་བ་མ་ཟད་ཁོར་དུ་སྒྲོམ་
པ་ར་མ་ཙམ་དེ་ཡང་བསྐྱལ། དེ་ནས་བརྒྱུད་རི་ཆུང་དེ་ཁོའི་འཆོ་དྲིན་དུ་གྱུར།

“ཨ་ལེ་སྲོད་དང་། ང་ཁྱེད་ཆོར་གཏམ་བཟང་ཞིག་བཤད་རྒྱ་ཡོད།” ཅེས་ཇོང་དཔོན་གྱིས་དགོད་འཆར་
འཆར་ངང་བཤད།

ཆན་པོ་ནམས་གཅིག་གི་གཅིག་ལ་བཞུས་ནས་སྲོན་ལ་སྤྱོད་ལྟ་བུའི་མི་བདེ་བར་གནས་སྐབས་གལ་དབུས་
ནས་ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྟ་གཡེར་བསྐྱད་སོང་བས་ཆན་པོ་གཞན་ནམས་རིམ་པས་སྲོད་འགོ་བཙུགས། ཇོང་དཔོན་གྱིས། ཨ་
ར་བྱིལ་བྱིལ་ཐེངས་ཁ་ཤས་བྱས་ཇེས། “དབྱིན་གཞུང་གི་རོགས་རམ་འོག་ཡག་རི་ནས་རྒྱལ་ཙེ་བར་རྒྱང་ས་ འཁོར་
འགོ་ལམ་བཟོ་འཆར་ཡིན་པས་བྱིད་ནམས་ཀྱིས་གཟིགས་ཕྱོགས་གང་འདྲ་ཡོད།” ཅེས་སྐྱམ་པའི་ངང་བཤད་རུང་མཇུག་
མ་ཇོགས་གོང་།

ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྟ་གལ་དབུས་ནས་དོབ་སྒྲེ་ལངས་ཏེ། “སྤྱོད་ལགས། བདག་དེར་མོས་མཐུན་བྱེད་ཐབས་
བྲལ་སོང་། དབྱིན་ཇི་བསྐྱར་པའི་དགྲ་ཡིན་པས་བཟང་པོ་ཞིག་ཡིན་མི་སྲིད་” ཅེས་དབུགས་ཐེངས་གཅིག་ལ་བཤད། གལ་
ཐོད་ཀྱི་སེར་མོ་དང་གལ་སྐྱད་ཀྱི་ཆན་པོ་ནམས་ཀྱིས། “ཐད ཐད དེ་ཐད” ཅེས་མགོ་ཚུག་ཚུག་བྱེད་བཞིན་ཨ་ཇོ་
དགྲ་ལྟར་མོས་མཐུན་ཡོད་པའི་ནམ་པ་བསྐྱར།

གཞུང་པའི་བཞད་སྒྲིལ།

རྫོང་དཔོན་གྱིས། “ད་ཆ་དབྱིན་པོད་འབྲེལ་ལམ་ཟབ་པས་བསྐྱན་པའི་དགྲ་ཡིན་མི་སྲིད། ཁོ་ཚོ་བསམ་ཤེས་བྱུང་
མཁན་གྱིས་དེ་ཅིས་འབྲེལ་ལམ་ཆགས་ཤིག་བྱས་ཀྱང་།

ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྷས་སོ་ཅ་འགྲིམས་ནས། “དབྱིན་པོད་འབྲེལ་ལམ་ཟབ་ན་ངའི་མིག་གཡོན་མ་དེ་ཤོར་དགོས་
དོན་ཅི་རེད། བདག་མགོ་སེར་པོ་དེ་ཚོར་ཞེན་པ་ལོག་ ཏུ་”ཞེས་ངར་སྒྲོ་བོན་བཞེན་ལག་གཡས་པའི་འཇུག་མོས་
མིག་ཞར་བ་དེ་སྐྱོན་ཙམ་བྱས་ཏེ་སྒྲིལ།

གཡུ་བོད་ཀྱི་སེར་མོ་བསྐྱོ་བཟང་སྐྱིན་པས་ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྷའི་རྫོང་འབྲངས་ཏེ། “དེ་དངོས་གནས་ནད། བདག་
ཚའི་ལྷ་བྱང་ནང་གི་དེན་གཙོ་དེ་ཡང་དེ་དུས་བོར་སོང་། ངའི་ཡང་དབྱིན་པོ་མགོ་སེར་དེ་ཚོར་ཡིད་ཆེས་གཏན་ནས་མེད་”
ཅེས་མཐའ་བཀག་རི་བཀག་བྱས།

“དེན་ བསྐྱན་པ་ཟེར་ན་ཅི་རེད།” ཅེས་རྫོང་དཔོན་གྱིས་མཚུ་ཅེ་འདར་སིག་སིག་ངང་སྒྲིལ་བས། གཡུ་
བོད་ཀྱི་སེར་མོ་བ་དེ་དོ་གདོང་དམར་མདོག་ཏུ་བྱུར་ནས། “བསྐྱན་པ། བསྐྱན་པ་”ཞེས་མཇུག་མ་འབྲེལ་གོང་ཨ་
ཇོ་དགྲ་ལྷས་ “བསྐྱན་པ་ བསྐྱན་པ། ཟེར་ན་ཆོས་རེད། གང་ལྟར་བདག་དོན་དེར་འདོད་པ་མེད། མགོ་སེར་དེ་ཚོ་
ངའི་མིག་ནང་གི་གུ་མ་དང་གཅིག་པ་ཡིན།” ཞེས་ལུས་པོའི་ཁྲོན་གང་འདར་སིག་སིག་ངང་བཤད།

ཁན་པོ་གཞན་ཆོས་ཀྱང་མགོ་བོ་གཡུག་གཡུག་བཅངས་འགའ་བྱས་ནས། “བདེན་པ་ནད དེ་བདེན་པ་
ནད།” ཅེས་ལུར་ལུར་དུ་སྒྲིལ།

འདི་ལྟར་ཁོ་ཚོས་གནད་དོན་ཐག་མ་ཆོད་གོང་དེན་མོ་རྫོགས། སང་ཞོགས་དེར་རྫོང་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་ཁང་ཐོག་དེར་བོད་
ཤོག་ནར་མོ་ཞེག་པར་དུ་བཟུང་ནས་བོད་སྐྱོག་དེ་སྐྱོག་ཚར་རེག་ཙམ་རེག་ཙམ་བྱེད་བཞེན་འདི་ལྟར་བྲིས།

། ཤེས་འཛན་གཉིས་ལྷན་གྱི་གྲོགས་པོ་རྩེ་ཉི་ལགས་ཀྱི་བྱང་དུ།

བྱེད་དང་གཞུང་ནས་བསམ་བཞེས་གནང་བར་དགའ་པོ་བྱུང་། འོན་
ཀྱང་གནད་དོན་དེར་མི་མང་ཁྱན་གས་ཚོར་འདོད་སྒྲོ་མི་འདུག་པས་ལས་འགོ་གནས་སྐབས་འཕར་འགྲངས་གནང་རོགས།
གཙང་སྟོད་ནས་རྫོང་དཔོན་བཀྲ་ཤིས་ཀྱིས་བོད་རྒྱལ་ལོ། ༡༠༡༧། ས་མོ་སྐྱལ་ལོར་ལུལ།

ནམ་རྒྱ་བཟོད་མཁྲོགས་པས་ཕྱི་བཙམ་ལ་ལོ་འཁོར་གཅིག་འདས། ལོ་དེའི་དབྱར་མཇུག་ཅིག་ལ་ཆར་ཤུགས་
ཤིན་ཏུ་ཆེན་པོ་ཞེག་བབས་པས་རི་རྒྱུད་ཀྱི་རྒྱང་ལམ་ཀྱག་གྲོག་དེ་ལྟལ་མེད་དུ་བཏང་སོང་བས། ཨ་ཇོ་དགྲ་ལྷས་མིག་གཅིར་
རྩེ་མོ་ལོ་ལོ། “དེ་སྟོན་རྫོང་དཔོན་ལགས་ཀྱི་བཀའ་བཞེན་བདག་ཚོས་བྱས་ན། སྐྱུ་མ་གནག་གི་ལམ་ཆེན་དེ་པམ་
ཆེར་རི་གཤམ་ཏུ་སྒྲིབས་ཆོད་ཡིན་”ཅེས་ཆིག་ལའ་ཤོར།

ཁ་ཕྱིར་འཁོར་བ།

མྱིག་པ་པོའི་སྐད་ཆ།

ཅི་ཞིག་བྱུང་ནའང་། ང་ཚོས་རང་ཉིད་ཀྱིས་ཐེག་ཆད་ཀྱི་དོན་གྱིས་ཤིག་
 བྱུང་ནས་བྱུང་ཆོ་དང་མཉམ་དུ་ལལ་ལ་ཆས་པ་ཡིན། ང་ཚོར་མཚོན་ན།
 བྱུང་ཆོ་ལས་སྒྲག་པའི་དམིགས་བསལ་གྱི་འདྲན་ཐང་ཅི་ཡང་མེད་པ་ནི་ང་ཚོས་
 སྔོན་མ་ནས་ཤེས་ཡོད་མོད། ཁོར་ཡུག་གི་གོམས་སྤོལ་ཞིག་གི་ངོས་སྤྱིང་ནའང་
 འདྲ། བར་སྐབས་ཀྱི་དགོས་དབང་ཞིག་གི་ཕྱོགས་ནས་བཤད་ནའང་ཆོག་གང་
 ལྟར། མགོ་ཞིག་བཙུགས་ཆར་དུས་ཡང་བསྐྱར་མཇུག་བསྐྱར་བའི་དུས་ཆོད་ལ་ཐོན་
 མོད། དེ་ནི་ང་ཚོས་བརྩམས་ཆོས་ཆ་ཆར་དེ་བ་གཟུགས་སུ་བསྒྲིགས་ནས་ཁ་
 ཕྱིར་འཁོར་བའི་དུས་ལ་བསྐྱབས་མོད། འདི་ལྟར་ཁ་ཕྱིར་འཁོར་ནས་བརྩམས་
 ཆོས་ཆ་ཆར་ལ་མིག་བཤེར་ཐངས་ཤིག་བྱེད་དུས། ཚུམ་གྱི་སྤྱུས་ཆད་དང་། དེ་བ་
 ཀྱི་རྒྱས་འགོད་སོགས་གང་ཅིའི་ཐད་ནས་བལྟས་ན་ཡང་། དེ་འདྲའི་ཡིད་སེམས་
 ཆོམས་པ་ཞིག་མ་རེད། དེ་ལྟ་ནའང་། བརྩམས་ཆོས་ཀྱི་འབྱུང་སྤྱུས་ནི་ཚུམ་
 མཁན་སོ་སོའི་བསམ་སྤྱོད་འཆར་སྒོ་དང་བསྐྱུན་ནས་མ་ཕྱི་ལྟར་བཞག་ཡོད་པ་
 ལས། ཚུམ་པ་པོའི་སྤྱུ་སྤྱུལ་གྱི་བཅོ་བཀོད་དང་། བསམ་སྤྱོད་སྤྱིག་གཞི་ལ་
 གཤག་གཏུབ་བགྱི་བའི་འོས་འགན་དེ་ལ་ང་ཚོས་དེ་སྤྱང་དེ་ཅམ་བྱས་མེད། དེ་
 བས། བརྩམས་ཆོས་ཀྱི་རྒྱ་སྤྱུས་ཐད་ལ་ནག་ཉེས་དང་། མི་ཁ་འཁོར་འོང་ན་
 དེ་ནི་ང་ཚོ་འགྱོད་ཅིང་བཤག་དགོས་པའི་ཉེས་དམིགས་ཅི་ཡང་མིན་ཞེས་འཆད་
 ཀྱིན་ཡོད་མོད། རྗེས་སྤྱིང་གྱི་དག་ཆ་དང་། དེ་བ་ཀྱི་སྤྱིག་བཅོ་ཐད་མ་རུང་བ་གང་
 ཞིག་བྱུང་ཡོད་ན། དེ་ནི་ང་ཚོའི་ཉེས་པ་ཡིན་ལ། ཉེས་དམིགས་དེ་ལས་ང་ཚོ་
 གཟུར་ས་ཅི་ཡང་མེད་ལ། གཟུར་རྒྱུ་འང་མིན་པ་ཡིད་ལ་འཇགས་པར་བྱ།

གདམས་པའི་བཞུང་ལྷན།

སྐལ་བཟང་ལུང་མིག་ས།

ལྷོ་འི་དེབ་གངས་བརྩ་བཞི་བ།

ཉིས་སྟོང་བརྒྱད་པའི་ཅོམ་ལྗོན་པ་པས་བསྟོན་པས།

300

86



གནཱ་།

འདྲོ་རྒྱུང་མ་ལོན་དང་མཐའ་མ་རྒྱ་གཞི་མིན་པ་མཉམ་
བཅས་ཤྲི་པ་ལོན་མེད་པར་གཤིས་མཚོན་ལུ་བ་ལ།
ཤིན་ཏུ་མིག་གཞུང་རྒྱུ་མ་བཅས་མིང་རྩ་མེ་བ།
དར་རྒྱ་མ་མེ་མིང་ལུ་ན་ལ་རྒྱ་ན་པ་མིག་ཏུ་ཁྱེད་
རྣམས་མཚོན་པ་མིན།

College for Higher Tibetan Studies, Sarab
V.P.O Sarab, Bhutanmala-176213
District Kangra, H.P.
India
Phone #81892 203205/203347/204333
Email Us: chh_info@yahoo.com